

# ٹیلی ویژن کے نئے انداز

اے مالکِ عیالے والدین! ہم فرما رہے ہیں: امین

شالی

”ٹیلی بیجی کو سیکھنے کے لیے لاکھوں لوگ دن رات مصروف ہیں“

# ٹیلی بیجی کے نئے انداز

اے مالکِ کُل میرے والدین پر رحم فرما ..... آمین

مرتبہ و مؤلفہ

تاج پرنیز

ناشر

مشتاق بک کارنر  
اکرم مارکیٹ  
لاہور  
اردو بازار



# فہرست

صفحہ نمبر	مضمون
۸	ٹیلی پیسٹی کے نئے انداز کے بارے میں
۱۱	ادراک کی قابلیت اور صلاحیت ادراک ماورائے حواس کے علم سے
۱۲	آگاہی کیجیے۔
۱۵	ٹیلی پیسٹی کے بنیادی اصولوں کو جاننا ضروری ہے
۱۶	ذہن کو چار قسم کے تصورات صاف رکھیں
۱۷	توجہ اور گہرائی
۱۸	ذہنی طور پر سینما دینا
۱۹	صبر، محنت اور مشقت سے اپنے رجحانات کا مرکز بنانا
۲۰	ذہنی ہم آہنگی اور یکسوئی کا ہرنا ضروری ہے
۲۲	مستقبل بینی کی جبلت اور ہنرمندی
۲۳	مستقبل بینی کی اہلیت
۲۴	خیالات اور تصورات کو ایک نقطے پر مرکوز رکھنا
۲۹	ادراک اور ماورائے حواس
۳۰	آنکھوں کو ٹھکنے کا احساس

نام کتاب	ٹیلی پیسٹی کے نئے انداز
مرتبہ و مولفہ	تاج پرویز
ناشر	مشتاق احمد
مطبع	طریقت پرنٹرز۔ لاہور
کتابت	دارالکتاب حضرت کیلیا نوالہ
	(گوجرانوالہ)
تعداد	ایک ہزار

صفحہ	مضمون
۳۱	شع بین کی مشق کرنا
۳۳	شع کی فہرہ نظروں کو اچھی طرح جمانا
۳۵	خیالات میں یکسوئی پیدا کرنا
۳۶	دماغ کو ہر قسم کے نگروں سے آزاد کر لینا چاہیے
۳۹	قوت ارادی کو نظر میں رکھیں
۴۲	شیل بیٹھی ایک بیتا جگتا سانس کے متعلق فن ہے
۴۴	جنس معاملات میں محتاط رہنا ہوگا
۴۶	کسی شخص میں نہ پڑیں
۴۷	کسی بھی دن کے واقعات سے آپ کا آگاہی حاصل کر سکتے ہیں
۴۷	اصل چیز روح ہے
۴۸	جسم کا آپ کا تابع ہونا ضروری ہے
۴۹	روح پر قابو پانا ضروری ہے
۵۰	تقریباً دو سال تک آپ کو شفتیں ہماری دکھنا ہوں گی
۵۱	جسمانی کاٹ چھانٹ اور شعوری بنجیے
۵۲	آہستہ آہستہ گہری سانسیں لیں
۵۵	ارتکاز توجہ سے شیل بیٹھی کا تعلق اور رابطہ قائم کرنا پڑے گا
۵۷	شیل بیٹھی کی غلط مشق کرنے سے آدمی کئی قسم کی بیماریوں کا شکار بن سکتا ہے۔

صفحہ	مضمون
۵۹	دوسرے اسرائیلی بھی ہو سکتے ہیں
۶۲	شیل بیٹھی کے نئے انداز مندرجہ ذیل میں
۶۶	ایک اور نیا طریقہ
۶۷	تیسرا نیا انداز بہت ہی اہمیت کا حامل ہے
۶۹	شع بین سے کس قسم کا استفادہ کیا جاتا ہے
۷۱	روحانی عکس کا نظر آنا
۷۳	شیل بیٹھی کو ایک مخصوص علم اور اسرائیلی فن سمجھنا ضروری ہے
۷۵	انتقال افکار
۷۷	نئی صلاحیت اور قوت
۷۹	آنے والے واقعات کو جانا جاسکتا ہے۔
۸۲	خیال اور شعور پر اختیار
۸۳	نامکمل خیالات تسخیر سے پیدا ہونے والے نقصانات
۸۴	منتشر خیالات
۸۶	اچھائی اور بُرائی کا پہلو
۸۷	مادی ترقی
۸۸	آہستہ عزم
۸۹	شیل بیٹھی غیر مادی قوت کو کہا جاتا ہے
۹۱	انسان میں مقناطیسی قوتیں موجود ہیں

صفحہ نمبر	مضمون
۹۵	یوگا اور ملی پیچتی
۹۸	یوگا میں شمع بینی کی شق کرنا
۱۰۴	خیالی تصویر سے کام لینا
۱۰۸	یکسوئی، جذب، ارتکاز، توجہ اور مراقبے کے نئے انداز
۱۰۹	سانس لینے کی مشقیں
۱۱۰	دوسری قسم کا نیا انداز
۱۱۱	روحانی قوت
۱۱۷	بالکل نیا انداز چھٹی قسم سے کام لینا
۱۱۹	دوسرا نیا انداز مندرجہ ذیل ہے چھٹی قسم
۱۲۰	خدا نے انسانی ذہن کو اعلیٰ و ارفع قوتیں بخشی ہیں
۱۲۴	پیش گوئی کی قوت کو حاصل کرنے کے لیے ایک نیا طریقہ
۱۲۶	مستقبل بینی کی شق کا دوسرا نیا انداز ایک بہتر طریقہ
۱۳۲	مستقبل میں پیش آنے والے واقعات کا عکس دیکھنا
۱۳۴	آپ لوگوں کو اپنے سحر میں لے سکتے ہیں۔ یہ ایک عمدہ اور نیا انداز ہے
۱۳۵	آپ کے اندر اپنے فن یعنی سحر سے لوگوں کو مسحور کرنے کی قوت
	موجود ہے۔
۱۳۸	کافی فاصلے سے بھی کسی کو مسحور کیا جاسکتا ہے
۱۴۳	روحانی علوم کے بارے میں جدید سائنس دانوں کی تحقیق پر روشنی

صفحہ نمبر	مضمون
۱۴۶	ذہنی رابطہ علیٰ پیچتی کے نئے سائنسی تجربات
۱۴۹	اعصابی کشیدگی ٹیل پیچتی کے علم سے دور رکھتی ہے۔
۱۵۱	برقی اشارے اور برقی لہریں
۱۵۵	جانوروں میں چھٹی قسم حس کا ادراک
۱۵۶	نیم خرابی کی حالت
۱۵۷	اپنے آپ کو ہلکا پھلکا محسوس کریں
۱۵۹	خیالات کو پاکیزہ رکھیے اور جذباتی پہلوئیں سے دور رہیے
۱۶۳	نامساعد حالات کا مقابلہ سینہ سپر ہو کر کرنا چاہیے
۱۶۵	علم ٹیل پیچتی پر مکمل اعتماد اور یقین
۱۶۶	کسی بھی قسم کے اندکشیوں سے نجات پانا ضروری ہے
۱۶۹	جسمانی اوجہ ہی ترازو میں ہم آہنگی بے حد ضروری ہے
۱۷۰	ذہنی اور جسمانی ٹھکنے سے نجات پانا ضروری ہے
۱۷۲	عضلاتی تناؤ کا ختم ہونا ضروری ہے۔
۱۷۶	شمع دماغ میں روشن ہے
۱۷۸	ڈاکٹر ٹیلیشن کے نئے انداز اور نظریات
۱۸۰	انسانی نفسی طاقت

## اظہار خیال

کتاب

ٹیلی پیٹھی کے نئے انداز

(NEW TRENDS OF TELEPATHY)

کے بارے میں

ٹیلی پیٹھی علم کے بارے میں ماہرین کہتے ہیں کہ یہ روحانی علم کی ہی ایک شاخ ہے اس علم کو مکمل یکسوئی اور ارتکاز سے حاصل کیا جاتا ہے۔ اس کی شقیں ایک الگ حلقہ مقام پر یا ایک تنہا کمرے میں پائے تکمیل تک پہنچانی جاسکتی ہیں۔ شور و غل سے دور رہنا پڑتا ہے اور پاکیزگی کو اپنی زندگی کا شعار بنانا پڑتا ہے۔

ٹیلی پیٹھی (TELEPATHY) کو روحانی حکم اور ترسیل خیالات کا نام دیا گیا ہے اور اب جدید سائنس اس علم کی بنیاد متوجہ ہوئی ہے اور اس پر تحقیق جاری ہے اور وہی رات اس علم پر ریسرچ ہو رہی ہے اور انہوں نے اس علم کو نئے انداز (NEW TRENDS) دیے ہیں ان ہی

کو ہم اس کتاب کے ذریعے آپ کے پاس پہنچا رہے ہیں تاکہ اگر آپ اس علم کو سیکھنے کے آرزو مند ہوں تو آپ کو کسی قسم کی دقت نہ ہو اور آپ اس مشکل ترین فن کو نسبتاً آسانی سے سیکھ سکیں اور کامیابی حاصل کر سکیں۔

ٹیلی پیٹھی علم کو اپنی ذات پر بدوسہ اعتبار اور مکمل یقین کر کے ہی حاصل کیا جاسکتا ہے۔ کمزور حشرات اسے حاصل نہیں کر سکتے، اسے بظہر اور بے خوف ہو کر حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اس علم کو حاصل کرنے کے لیے لگن، محنت اور زبردست قوت ایلاری اور بے حد مشقت کی ضرورت درکار ہے۔ اس علم کو پانے کے لیے کھن منزلوں، اور دشوار گزار راستوں سے گزرنا پڑتا ہے۔ تب کہیں باکر آدمی اس علم کے حصول میں کامیابی حاصل کر سکتا ہے۔ اس علم کو حاصل کرنے کے لیے غم، فکر، مشاہدہ اور زبردست ذہنی صلاحیتوں اور قوتوں کی ضرورت ہے۔

اس علم سے انسانی ذہن کو پرواز کی قوت ملتی ہے اور آدمی اس علم کو کامیاب شقیں کو نئے کے بعد اس قابل بن سکتا ہے کہ وہ اپنی خیالات کی مکمل ترسیل دوسرے ذہن کو کر سکے اور دوسرے ذہن سے سوال و جواب کر سکے۔ جب وہ اپنی رابطہ تکمیل پا جائے تو ماحول ایک دوسرے سے ذہنی گفتگو کر سکتے ہیں یعنی ان کا ذہن شکم ہو سکتا ہے۔ پوری دنیا میں اس علم پر ریسرچ (RESEARCH) ہو رہی ہے اور نئی نئی تفصیلات سامنے آ رہی ہیں اور سائنس کے اس طرف توجہ



بڑھادی ہے اور کچھ نئے راستے بتائے ہیں جن پر چل کر آدمی اس علم سے آگاہی حاصل کر سکتا ہے۔

یوں تو اس علم پر کافی کتابیں ضبط تحریر کی جا چکی ہیں لیکن ابھی تک کوئی ایسی حقیقی اور دینی کتاب اس علم کے جاننے والوں کے سامنے نہیں آئی جس کے مطالعے سے ان کی نفسی اور تشفی ہو سکے اور وہ خدا آسانی سے اس مشکل فن کے متعلق جان سکیں اور اس کے مطالعہ سے اچھی طرح بہرہ ور ہو سکیں۔ بہر حال اس علم کو نئے انداز سے جاننے کے لیے ہم نے بھی ناسازگار سائنس کی سے اگر تار مین اس کے مطالعہ سے مستفید ہو سکیں اور کامیابی حاصل کر سکیں تو ہمیں خوشی ہوگی۔ اور ہم سمجھیں گے کہ ہمیں اپنی محنت کا ثمر مل گیا۔

## تاج پرویز

## ادراک کی قابلیت اور صلاحیت

ادراک ماورائے حواس کے علم سے آگاہی کیجیے

طبی چھٹی کا علم جاننے سے پہلے آپ کو کیسوٹی اور جذب کی صلاحیت اور قابلیت دینی چاہیے۔ اس کے بعد آپ ادراک کی قابلیت اور صلاحیت اپنے اندر پیدا کریں۔ اگر آپ کو کوئی ٹیلیفون کر رہا ہے اور ٹیلیفون کے کمرے میں آپ موجود ہیں تو آپ گھنٹی کو بچھو دیر بچھو دیں۔ پھر اس کے بارے میں سوچیں، اپنی ادراک کی صلاحیتوں کو مددگار لاکر اندازہ لگائیں کہ آپ کو ٹیلیفون کسے دلا کون ہے۔ مرد ہے یا عورت ہے یا کوئی آپ کے عزیزوں میں سے ہے یا کوئی احباب ہے یا دوست ہے۔ جب آپ اپنی ادراک کی قوت سے ایک (AMAGE) قائم کر لیں، اپنا اندازہ بنالیں تو اس کے بعد آپ ٹیلیفون کی جانب آئیں۔

پھر آپ ریسورٹاٹھائیں اور دوسری جانب بات کر دیں۔ بات کرنے کے بعد آپ خود ہی اندازہ کر لیں کہ بولنے والا کون تھا۔ اس شخصیت کے بارے میں آپ کا اندازہ کس حد تک درست ہے اور آپ کی صلاحیتوں اور ادراک کی قابلیت نے کس حد تک صحیح کام کیا ہے۔ جب آپ کا اندازہ یا تپاس حقیقی صورت میں ۹۰ فیصد کامیابی

حاصل کر لے تو آپ سمجھ لیجیے کہ آپ ٹیلی پیٹھی کے علم کو جاننے کے قابل ہیں آپ میں منفی اور اکی قوتیں موجود ہیں اور آپ ان کا بروقت اور سہل استعمال کر سکتے ہیں۔ پھر آپ اپنے آپ کو ٹیلی پیٹھی کا علم حاصل کرنے کے لیے مخصوص کر لیں اور ابتدائی مشقیں شروع کر دیں۔

اس علم کو حاصل کرنے کے لیے آپ کو یکسوئی اور سخت محنت کی ضرورت ہوگی اور اگر آپ نے ایک مرتبہ مشقیں شروع کرنے کے بعد اپنے آپ کو مشقوں سے الگ کر لیا تو دوبارہ کبھی بھی اس علم کو حاصل کرنے کے لیے کامیابی حاصل نہ کر سکیں گے۔ مطلب یہ ہے کہ آپ کامیاب نہ ہوں گے۔ آپ کو کامیاب (SUCCESS) ہونے کے لیے محنت اور مشقت کرنا ہوگی اور یکسوئی اور سہ سے اپنے عمل کو جاری رکھنا ہوگا پھر کہیں آپ جا کر کامیابی کے نزدیک ہوں گے۔

یہ سلاہ سی مشقیں ہیں ان کو آپ جاری رکھیں۔ ایک وقت ایسا آئے گا کہ آپ ٹیلیفون کرنے والے کی شخصیت سے اچھی طرح آگاہ ہو جائیں گے پھر آپ کو آہستہ آہستہ یہ اور اک ہونے لگے گا کہ ٹیلیفون کرنے والا کیا چاہتا ہے۔ ٹیلیفون کرنے سے اس کا کیا مقصد ہے؟ پھر آہستہ آہستہ آپ ٹیلی فون کی گھنٹی بجتے ہی اپنی اور اکی قوتوں سے یہ اندازہ بناساں لگا لیا کریں گے کہ ٹیلیفون کرنے والا کیا چاہتا ہے اور کس مقصد کے لیے ٹیلیفون کرنا چاہتا ہے۔ یہ باتیں آپ کے ذہنی عکس میں واضح ہوتی چلی جائیں گی اور آپ کو علم ہو جائے گا کہ آپ کے دماغ

میں دوسروں کی نسبت زیادہ اور اکی صلاحیت اور قابلیت موجود ہے اس کے بعد آپ ہوشیار کریں گے۔ ان میں ذہن کو یکسوئی دینے کے لیے آپ میں خاص صلاحیت موجود ہوگی اور دوسروں کی شخصیت کو اچھی طرح پرکھ لیا کریں گے اور آپ کو اتنا اور اک بھی ہونے لگے گا کہ فون کی گھنٹی بجی نہ سکتی ہے۔

## ٹیلی پیٹھی کے بنیادی اصولوں کو جاننا ضروری ہے

(۱) آپ کو ہر لمحے چاق و چوبند رہنے کی ضرورت ہے۔  
(۲) جب آپ کسی کو ذہنی پیغام دینا چاہیں تو آپ کو مکمل یکسوئی کے ساتھ کام کرنا ہے۔ آپ کے دماغ سے جو ہر ہر خارج ہوں ان میں کسی طرح کی انتشاری کیفیت نہ ہو۔ اگر انتشاری کیفیت ہوگی تو آپ دوسرے ذہن کو کسی طرح کا پیغام نہ دے سکیں گے۔  
(۳) آپ کی مشقوں میں زیادہ سے زیادہ پیغامات جیتے ہوں گے اور پیغاموں کو وصول کرنا ہوگا اور ان میں یکسوئی کا ہونا لازمی ہے۔  
آپ کو اس عمل کا زیادہ سے زیادہ پیروکار رہنا پڑے گا اس طرح آپ کی اور اکی صلاحیتوں اور قابلیتوں میں اضافہ ہوگا۔

(۴) جس پیغام کو آپ ارسال کر رہے ہیں اس پر آپ کو مکمل تہن توجہ دینا ہوگی۔ اور وقفہ وقفہ سے پیغام رسانی جاری رکھنا ہوگی۔ اس وقت تک آپ کو یہ عمل جاری رکھنا ہوگا جب تک آپ کامیابی کے

نوریک ترین نہیں پہنچتے۔  
(۵) آپ جب میل پتہ کا کام سیکھ رہے ہوں تو آپ کو اپنے  
دماغ سے دوسری تمام شعوری اور ذہنی سوچوں کو نکال دینا ہوگا۔ یہ  
صرف آپ کو اپنی دماغی شعوری طاقتوں کو پیغام رسانی کے لیے استعمال  
کرنا ہوگا اور دوسری کوئی غیر شعوری سوچ آپ کے دماغ میں نہ ہونی  
چاہیئے۔

(۶) ذہن کو غیر ضروری اور بے کار خیالوں سے صاف رکھنا ہی اس  
علم کو حاصل کرنے کے لیے ایک کامیابی ہے۔ اپنی توجہ کو ایک ہی  
جانب مرکوز رکھیے۔ کسی قسم کے خیالات کو اپنے دماغ میں جگہ نہ دیجیئے  
صرف اس بات کا خیال رکھیے کہ آپ کسی دوسرے کو پیغام دے  
رہے ہیں اس طرح آپ کا میابی حاصل کر سکتے ہیں۔ یہ ایک بہترین  
سائنٹیفک طریقہ ہے۔

دماغی میلی پتہ کی بنیادی اصول یہ ہے کہ آپ اپنے آپ کو اس بات  
کے لیے ہمیشہ تیار رکھیں کہ آپ کسی بھی وقت دوسرے ذہن کا پیغام  
وصول کر سکتے ہیں اس جانب آپ کی مکمل توجہ ہونی چاہیئے۔

(۷) اس علم کو جاننے کے لیے خوفناک چیزوں کی طرف بالکل توجہ  
نہ دیں اور نہ کسی ڈراؤ خوف کو اپنے دل میں جگہ دیں۔ اپنی صلاحیتوں  
کو زیادہ سے زیادہ بروئے کار لائیں۔ اور کیسوٹی کے دائرے میں  
رہیں۔

(۹) زیادہ سے زیادہ ادراکی قوتوں کو مضور کریں اور اس علم  
کی گہرائیوں میں جا کر توجہ سے کام کریں۔ اس علم کو زیادہ سے زیادہ  
تلاش کریں۔

(۱۰) غیر ضروری باتوں کی جانب بالکل متوجہ نہ ہوں آپ کے خیالات  
اور تصورات ایک ہی جگہ مرکوز ہوں اور اپنی دماغی سوچوں میں یہ  
بات رکھیں کہ آپ کو کوئی پیغام وصول ہونے والا ہے اور اپنی بھی کسی  
سوچ کو دوسرے ذہن کی جانب منتقل کرنے کی کوشش کرتے رہیں۔  
(۱۱) کیسوٹی اور توجہ سے آپ اس علم کو حاصل کر سکتے ہیں۔

(۱۲) اپنی زندگی کا مطلق نظر محض یہ بنائیں کہ آپ کو کوئی پیغام وصول  
ہونے والا ہے اور آپ کسی کو ذہنی پیغام دیتے جا رہے ہیں۔ یہ ایک  
سائنٹیفک اور نیا انداز ہے۔ میلی پتہ کی نئے انداز ہی آپ کو  
کامیابی کی منزلوں کی جانب لے جا سکتے ہیں اور آپ اس علم کو حاصل  
کر سکتے ہیں۔

## ذہن کو ہر قسم کے تصور سے صاف رکھیں

جب آپ کا دماغ کسی دوسرے ذہن سے رابطہ قائم کرنے کی  
تگ و دو میں مصروف ہو تو آپ کو چاہیئے کہ کسی دوسرے تصور اور خیال کو  
ذہن میں جگہ نہ دیں۔ ورنہ انتشاری کیفیت پیدا ہوگی اور آپ پوری توجہ  
سے اپنا پیغام نہ پہنچا سکیں گے۔ اپنے دماغی پیغام کی ترسیل میں

آپ کو شدید وقت ہوگی۔ بلکہ آپ کو چاہیے کہ آپ تنہائی میں بیٹھ کر رابطہ قائم کریں۔ اس طرح آپ اپنے مقصد میں آسانی سے کامیابی حاصل کر سکتے ہیں۔

طبی پتھری کا علم آپ برصورت میں جلدی حاصل کر سکتے ہیں اگر آپ اس کے سینے کے عمل میں دن رات مصروف ہو جائیں اور اس کی زیادہ سے زیادہ مشقیں کریں۔ ان مشقوں کے عمل سے آپ کامیابی کے قریب ترین ہوتے چلے جائیں گے اور اپنے دماغ سے دوسرے کے دماغ کو کرید سکیں گے اور اس سے اپنے پیغام کی ترسیل کر سکیں گے اور اس کے پیغام کو آپ وصول کر سکیں گے۔ تصورات اور خیالات کی پختگی اس کے لیے بعد ضروری ہے اور اسے آپ بدلیات دے سکیں گے۔ اس حد تک کامیابی حاصل کرنے کے بعد آپ ذہنی طور پر اس کی بات کو اچھی طرح سمجھ سکیں گے۔

## توجہ اور گہرائی

کچھ مشقوں کو کامیابی سے کرنے کے بعد آپ آگے چلیں۔ اور کشش کریں کہ آپ کسی قریبی عزیز سے ذہنی رابطہ قائم کر سکیں اس رابطے کو مستحکم بنانے کے لیے آپ کو تنہائی اور یکسوئی کی ضرورت ہوگی۔ آپ کو ایسی جگہ تلاش کرنی پڑے گی جہاں کوئی آپ کو تنگ نہ کر سکے اور آپ مملو بہ شخص کے دماغ کو کرید کر پیغام دے سکیں۔ آپ

میں بھی کتنے افراد

جنگل میں ایسی جگہ چلے جائیں جہاں دھشت زیادہ ہوں۔ آپ درختوں کے ایک چمٹ میں جا کر بیٹھ جائیں اور وہاں جا کر توجہ اور گہرائی سے اپنی اس کشش میں مصروف ہو جائیں اور کسی دوسرے خیال اور تصور کو اپنے دل کی آماجگاہ نہ بنائیں بلکہ پوری گت کے ساتھ اسے پیغام دینے کی کشش میں مصروف ہو جائیں اور اپنی اور انکی صلاحیتوں کو متحد ہی محنت اور مشقت سے بروئے کار لائیں۔ اگر آپ اس قسم کا رابطہ قائم نہ کر سکیں تو یاروس نہ ہوں۔

بار بار اپنے عمل کو دہراتے رہیں۔ جتنے بھی دن لگ جائیں آپ لگے رہیں۔ پیغام عمل سے آپ کسی بھی وقت اس سے ذہنی رابطہ قائم کر کے اسے اس بات پر آگاہ کر سکتے ہیں کہ وہ آپ کو فون کرے۔ یہ آپ کی بہت بڑی کامیابی ہے۔ اس کے تصور میں لے کر اگر آپ سے اسے رابطہ قائم کرنا چاہیے۔ اگر وہ آپ کو ٹیلیفون کرے تو سمجھ لیجیے کہ آپ کو اپنے مقصد میں کامیابی ہوگئی اور آپ ٹیلی پیجی کے اسمارڈ رموز سے کسی حد تک آگاہ ہو گئے اور یہ کامیابی آپ کے لیے کسی نرنلے سے کم نہ ہوگی۔

## ذہنی طور پر پیغام دینا

ذہنی طور پر دوسرے دماغ کو پیغام دینا، یہ آپ کے لیے ایک زبردست کامیابی ہے۔ بار بار کے عمل سے متاثرہ ذہن سے آپ



اپنی بات منوالی جی سکتے ہیں۔ یہ آپ کی خفیہ اور کی قوتوں پر مبنی ہے کہ وہ کتنی زبردست طاقت رکھتی ہیں اور اس ذہن کو کس حد تک متاثر کر کے اسے اپنا ہم نوا بناسکتی ہیں۔

جب آپ دوسرے ذہن کو پیغام دے رہے ہوں تو اس بات کا تصور کر لیں کہ وہ آپ کے ہاں سامنے بیٹھا ہے۔ مطلب یہ ہے، کہ اس کی تصویر کو اپنے ذہن میں اچھی طرح قلم کر لیں۔ آپ کے ہر تصور اور خیال میں اسی کی تصویر ہو۔ جتنا آپ کا ذہنی خاکہ اس کی تصویر سے جلوہ افروز ہوگا اتنی ہی جلدی آپ اسے پیغام دے سکیں گے۔ اپنے ذہنی خیالات کی ترسیل کا دوسرے ذہن کے لیے یہ ایک بہترین عمل ہے۔ آپ جہاں بیٹھے ہیں یہ تصور کر لیں کہ نشے کے سے عالم میں بیٹھے ہیں اس کی تصویر کے سوا آپ کے ذہن میں کوئی اور تصویر نہ ہونی چاہئے۔ اس طرح آپ مضبوطی سے اس ذہن سے اپنی بات منوا سکتے ہیں۔ اگر آپ اس سے کہیں گے کہ وہ آپ کو فون کرے یا آپ سے ملنے آئے تو وہ فوراً معمولی آدمی بن کر آپ کے پاس کھنچا چلا آئے گا اور آپ کو فون بھی کرے گا۔

ٹیلی پیتھی اصل میں ایک روحانی رابطے کا نام ہے۔ آپ کو روحانی طور پر اپنی ذہنی طاقتوں کو بے حد مضبوط کرنا ہوگا۔ اور آپ جس ذہن سے رابطہ قائم کر رہے ہیں آپ کو اس کے ذہن کی اور کی صلاحیتوں کو بھی پرکھنا ہوگا۔ اگر اس میں ذہنی قوت زیادہ ہے تو وہ آپ سے جلدی

متاثر ہو جائے گا اور آپ کے لیے جلدی منول بن جائے گا۔ بہر حال آپ کو یہ عمل مسلسل کرنا ہوگا اور آپ کو اس کے اس وقت کے ماحول کو بھی اپنے ذہن میں بطور ایک مضبوط و مستحکم خاکہ بنانا ہوگا۔ اور آپ کو یہ جاننا ہوگا کہ وہ اس وقت کہاں بیٹھا ہے اور اس کی شخصیت کے انداز کیسے ہیں اور اس کے تصورات اور خیالات کیسے ہیں۔ جب ان تمام امور کو اپنے ذہن کی سطح پر چالیں گے تو آپ آسانی سے اس سے اپنی بات منوالیں گے۔

## صبر، محنت اور مشقت سے اپنے رجحانات کا مرکز بنانا

ٹیلی پیتھی کے علم کو سیکھنے کے لیے صبر، محنت اور مشقت سے اپنے رجحانات کو اپنے مرکز پر رکھنا۔ یہ ضروری ہے اگر آپ مدلل یقینی سے کوئی مشق کریں گے یا توجہ نہ دیں گے، گہرائی میں نہ جائیں گے یا صبر سے کام نہ لیں گے جلد بازی کریں گے تو آپ کبھی کامیاب نہ ہوں گے اس لیے اپنے ارتکاز کو خیالات اور اپنے تصورات کو مربوط بنا کر آگے چلنا ہوگا اور کامیابیاں حاصل کرنا ہوں گی۔ ٹیلی پیتھی کے علم کو جاننا جوئے شیر لانے کے مترادف ہے۔ اس کے لیے آپ کو جان کی بازی لگا کر سخت محنت کرنا ہوگی۔ پھر ہی آپ کامیابی کے قریب آسکتے ہیں۔

## ذہنی ہم آہنگی اور کیسٹوئی کا ہونا ضروری ہے

آپ کے پیہم عمل سے آپ کی کامیابی یقینی ہے۔ جب کچھ کامیابی حاصل کر لیں گے تو ایک وقت ایسا آئے گا کہ آپ سوچیں گے کہ مجھے بات کرنے والے کا عکس نظر آئے اور وہ میرے ردوبدلی بیٹھا ہو۔ جب آپ اس کوشش میں پیہم عمل سے کامیابی حاصل کر لیں گے تو آپ کو وہ اپنے قریب ہی بیٹھا ہوا نظر آئے گا اسے عکس والی قرابت سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ اس کو حاصل کرنے کے لیے بڑی محنت اور توجہ کی ضرورت ہے۔ آپ کو اس مشق کے لیے بالکل تنہائی کی ضرورت ہے۔ ایک ایسی جگہ تلاش کیجیے جہاں کسی قسم کا شور وغل نہ ہو۔ چیخ و دھاڑ یعنی شاد ٹنگ (SHOUTING) نہ ہو آپ بالکل اکیسے ہوں۔

اس صورت میں آپ ایک ایسا کردہ لیجیے جو بالکل الگ تعلق ہو۔ جہاں آپ کو کوئی تنگ نہ کر سکے۔ آپ کے تجلیے میں رہنما انداز میں نہ کر سکے۔ پھر آپ ایک آرام دہ کرسی (CHAIR) پر بیٹھ جائیں، اور اپنی توجہ کو ایک جگہ مرکوز کر لیں۔ اس مقصد کے لیے کوئی رنگین تصویر لے لیں۔ تصویر کسی قسم کی بھی ہو۔

پھر آپ کرسی پر لیٹنے کی سی کیفیت اختیار کر لیں اور سر کو ٹیک کے ساتھ لگا کر پوری توجہ اور غور سے اپنی نگاہیں اس تصویر پر جمالیں۔

اور اپنے جسم کو بالکل ڈھیلا چھوڑ دیں۔ اتنا ڈھیلا کہ آپ کو کسی طرح کی اعصابی کھچاؤٹ محسوس نہ ہو۔ اور آپ کو یوں محسوس ہو کہ آپ کا جوڑ جوڑ ڈھیلا ہو کر الگ الگ ہو گیا ہے۔ اس کے بعد تصویر کے رنگوں میں کھو جائیں اور اوراق رنگوں میں اس قدر کھو جائیں، کہ تصویر کا عکس ادا اس کے سارے رنگ آپ کے ذہن میں سمندر کے پانی کی طرح پھیل جائیں اور آپ اس میں ڈوب کر رہ جائیں اور آپ یوں محسوس کریں کہ آپ کی شخصیت ان رنگوں میں تحلیل ہو گئی ہے۔ یہ ایک ایسا عمل ہے جو ٹیلی پیتھی علم کی آگاہی کے بعد ترقیب پہنچا دیتا ہے اور وہ اس موڑ پر آ جاتا ہے جب تھیں بات کرنے والا شخص ٹیلی پیتھی علم کے ذریعے جھنجھوڑ دیتا ہے اور وہ جو پیغام آپ کو دینا چاہے تو وہ آپ کو اپنا پیغام دے دیتا ہے۔ اس طرح آپ کا اس کے ذہن سے روحانی رابطہ قائم ہو جاتا ہے اور وہ جو پیغام آپ کو موصول ہوگا، سچائی اور حقیقت پر مبنی ہوگا۔ اسے عکسی تعلق اور رابطہ بھی کہا جاتا ہے۔

یہ ایک بہت بڑی کامیابی اور کامرانی ہے مگر اس کامیابی کو حاصل کرنے کے لیے کیسٹوئی اور توجہ کو پوری طرح مرکوز کرنا درکار ہے۔ ورنہ آپ کسی معمولی مشق میں بھی کامیابی حاصل نہ کر سکیں گے اور آپ اتشادری کیفیت میں رہیں گے اور اتشادری

کیفیت فیلی پیچی کے علم کی مشق کے لیے زہر ہے۔ کیسوی اور توجہ کے بغیر اس مشق کو نہیں کیا جاسکتا۔

## مستقبل بینی کی جبلت اور ہنرمندی

مستقبل بینی کی جبلت اور ہنرمندی کو پانا کوئی آسان بات نہیں ہے اسے حاصل کرنے کے لیے آپ کو دن رات کوشاں ہونا پڑے گا۔ انسان میں غیر معمولی صلاحیتیں موجود ہیں۔ ان کے ذریعے انسان ہر علم حاصل کر سکتا ہے اور آدمی ایسے ایسے محیر العقول کارنامے سرانجام دے جاتا ہے جنہیں دیکھ کر لوگ حیران و ششدر اور رنگ رہ جاتے ہیں اور سوچتے رہ جاتے ہیں کہ کیا کوئی آدمی اس قسم کا کارنامہ بھی دکھا سکتا ہے۔ وہ کارنامے جنہیں گتے میں مگر انسان ہی اپنی خفیت صلاحیتوں سے اس قسم کے کارنامے سرانجام دیتے ہیں اور بے شمار انسانوں نے بڑے بڑے حیرت انگیز کارنامے سرانجام دیے ہیں جن کا نام آج بھی تاریخ کے اوراق میں زندہ ہے۔

انسان کے پاس بے شمار صلاحیتیں موجود ہیں جو اسے بہتر کارنامے سرانجام دینے کے لیے اکتاتی ہیں اور وہ انکی اکساہٹ پر آگے بڑھ کر جہت انگریز کا میا بیاں حاصل کرتا ہے۔ اسی طرح فیلی پیچی کا علم اپنے کچھ اصول رکھتا ہے اس کے بنیادی اصول توجہ،

ہم آجگی، احساس، قریب اور کیسوی ہے۔ سب سے زیادہ اثر کار توجہ کی ضرورت ہے۔ اس کے لیے تنہائی پہلی شرط ہے۔ انسان اس علم کو بالکل تنہائی میں بیٹھ کر حاصل کر سکتا ہے۔ مستقبل بینی کی جبلت اور ہنرمندی سے آگاہی حاصل کر سکتا ہے۔ یہ علم ایک روحانی علم ہی ہے۔ ایک روح دوسری روح کے خفیہ تاروں کو چھو کر اسے اپنی جانب متوجہ کرتی ہے اور اس کے لیے کیسوی اور مکمل توجہ ضروری ہے۔ انسان کو یہ علم مہر اور شکر کے ساتھ حاصل کرنا پڑے گا۔ بار بار اپنی توجہ کو ایک جگہ مرکوز کرنا ہوگا۔ اس کے لیے کسی قسم کے انتشار کو دل میں جگہ نہ دینی ہوگی۔ جنسی طاقتوں سے دور بھاگنا ہوگا۔ یاوسی اور حرمان یقینی جیسے خیالات کو اپنے ذہن سے جھٹکنا ہوگا۔

پاکس، غرور اور اداس شخص اس علم کو حاصل نہیں کر سکتا۔ اس علم کو حاصل کرنے کے لیے آدمی کو ہشاش بشاش رہنا ہوگا۔ اور دوسرے دنیاوی ہر قسم کے خیالات سے اپنے دماغ کو پاک کرنا ہوگا۔ تب ہی اس علم کو حاصل کیا جاسکتا ہے اس علم کو حاصل کرنے کے لیے کٹھن منازل سے گزرنا پڑتا ہے اگر ایک بار آدمی ان منزلوں سے گزر جائے تو پھر قدم قدم پر اسے کامیابی حاصل ہوتی جاتی ہے اور مستقبل بینی اس پر کامیابیوں اور کامیابیوں کے دروازے کھول دیتی ہے۔ دراصل اس علم کو حاصل کرنا روحانیت پر قابو

پانا ہے۔ مستقبل بینی کو حاصل کرنے کے لیے جنسی قوتوں کو قابو میں کرنا ہوگا۔ اگر آپ نے ان قوتوں اور جبلتوں کو بے مہار چھوڑ دیا تو آپ روحیت کا علم جاننے میں ناکام رہیں گے۔ جنسی قوتوں پر قابو پا کر آدمی بڑے بڑے کارنامے سر انجام دے سکتا ہے۔ انسان کیا نہیں کر سکتا ہے۔ سب کچھ کر سکتا ہے۔ انسان اپنے اندر زندگی رکھتا ہے اور خونی مناظر کو دیکھنا پسند کرتا ہے۔ ٹو اکوئنا بھی اسے آتا ہے۔ وہ اپنے حیوانی جذبوں پر جب قابو نہیں پاسکتا تو ڈاکو بن جاتا ہے اور دہندگان کی سی زندگی گزارتا ہے اور دہندہ بن کر خون بہانے کو پسند کرتا ہے۔ اگر ذہنی قوتوں کو دوسرا رخ دیا جائے تو وہ ایک سرجن بھی بن سکتا ہے اور ملک و ملت کے کام آ سکتا ہے۔ بیار انسانوں کے لیے مسیحا بن سکتا ہے۔ سرجری کر سکتا ہے۔

## مستقبل بینی کی اہلیت

مستقبل بینی کی اہلیت پر قابو پالینا آدمی کے لیے کوئی مشکل بات نہیں ہے۔ انسان اپنی غیر معمولی صلاحیتوں اور دن رات کی مشقتوں سے اس اہلیت کو پاسکتا ہے اور اس سے بے شمار مفادات حاصل کر سکتا ہے۔ انسان کا ذہن ہر قسم کی پابندیوں سے

آزاد ہوتا ہے۔ آدمی رات کو سوکتا ہے اور اس کا ذہن ہر قسم کی قید و بند سے آزاد ہو جاتا ہے اور آدمی عالم خواب میں اپنے آپ کو عجیب عجیب جگہ دیکھتا ہے۔ خواب میں اپنے اعزہ و اقارب اور دوستوں سے ملاقاتیں کرتا ہے۔ نئے نئے مقامات دیکھتا ہے اور خوب گھومتا پھرتا ہے۔ اس کا مقصد ہے کہ ماضی، حال، اور مستقبل اس وقت سب کچھ وقت کے دھارے میں بہہ جاتا ہے۔ اور انسان ماضی کے پس منظر میں بھی چلا جاتا ہے، حال میں بھی گھومتا ہے اور مستقبل میں بھی پہنچ جاتا ہے۔ اگر آدمی ٹیلی پیٹھی کا علم حاصل کر لے تو وہ باسانی مستقبل کے بارے میں پیش گوئی کر سکتا ہے۔ ماضی کے بارے میں بتا سکتا ہے۔ حال کی روداد سنا سکتا ہے۔ اس لیے کہ وقت ہر قسم کی پابندیوں سے آزاد ہے۔ یہ ایک قسم کا دھوکا ہے۔ اور انسان عالم خواب سے باہر آنے کے بعد اپنے ہی کمرے میں موجود ہوتا ہے اور لہتر پر لیٹا خوابوں کے بارے میں سوچنے لگتا ہے۔ اس حقیقت سے ہر آدمی تقریباً ہر روز روشناس ہوتا ہے۔ اگر آدمی چاہے تو وقت آگے بھی چلا لنگ لگا سکتا ہے۔ وقت سے آگے چلا لنگ لگانے کو بی ٹیلی پیٹھی (TELEPATHY) کا نام دیا گیا ہے۔ آپ وقت کے محتاج نہیں ہیں۔ ایک دماغ کے تاروں سے دوسرے کے دماغ کو کسی بھی وقت چھیڑ سکتے ہیں۔



آدمی بسا اوقات دیکھتا ہے کہ وہ آسمانوں میں پرواز کر رہا ہے۔ کائنات کی سیڑیوں سے صوف ہے۔ یہ انسانی قدرت کا ایک عجیب پہلو ہے۔ جب وہ وہاں کسی عزیز ترین چیز کو اپنے سرکل میں لیتا ہے تو اسے محسوس ہوتا ہے کہ اس نے کشف کو پایا ہے مائل کر لیا ہے اور اس کا شعور جو اس جسم سے بلند پرواز کے لیے نکل گیا ہے۔ وجدان، ابہام، القاء، دریا ئے پاکیزہ اور سپائی سے لبریز، غیبی آواز، اور قبل از قیاس یہ سب چیزیں شعور کی بلند پروازی سے تعلق رکھتی ہیں۔ جب کوئی شخص پیراں لیکوچی یا لوگ مشقیں کرتا ہے تو اس کا مقصد ہوتا ہے کہ وہ عرفان کی منزلوں کو چھوئے اور پیشگوئی کر سکے۔ اور مستقبل بینی میں کمال حاصل کر کے بنی فروع انسان کو مفادات سے سکے۔

ٹیلی پتھی (TELEPATHY) ایک ایسا علم ہے جسے حاصل کرنے کے بعد بے شمار عجز العقول کا زنا مے لوگوں کو دکھا سکتا ہے اور دنیا میں اپنا نام پیدا کر سکتا ہے اس طرح آدمی اپنی توانائی ضائع نہیں کرتا بلکہ اعصابی نظام کو قابو میں رکھتا ہے۔ اور اپنے آپ کو بلکہ چمکا محسوس کرتا ہے۔ آدمی کے لیے مستقبل بینی کی صلاحیت اور اہلیت کو پالینا کوئی حیرت کی بات نہیں ہے مسلسل منت اور مشغف سے آدمی اس صلاحیت کو حاصل کر سکتا ہے اس طرح وہ خیال کی طاقت کو ایک جگہ اکٹھا کر سکتا ہے

اور انسان کو اپنے تابع بنا سکتا ہے۔ عورت کو اپنی کنیز بنا سکتا ہے۔ اس طرح وہ بہت کچھ کر سکتا ہے۔

## خیالات اور تصورات کو ایک نقطے پر مرکوز رکھنا

خیالات اور تصورات کو ایک نقطے پر مرکوز رکھنے والے لوگ ٹیلی پتھی کا علم جلدی حاصل کر سکتے ہیں ایک نقطے سے بٹکنے والے لوگ اس علم سے نا بلند رہتے ہیں اور ان کی کوششیں بار آور نہیں ہوتیں۔ باجلی اور موری دور میں یہ ہزاروں سال پہلے کی بات ہے آئینے میں مستقبل کو دیکھا جاتا تھا۔ اسے لوگ باد و ٹونے کا نام دیتے تھے۔ جنوں اور پریوں کے بارے میں بھی مشہور ہے کہ وہ بھی آئینے میں مستقبل کے بارے میں دیکھتے تھے۔ دراصل بات یہ ہے کہ لوگ شعور اور لا شعور سے اپنا تعلق ختم کر دیں تو غیب دانی کا علم اسے حاصل ہو سکتا ہے۔

پہلے سے کسی چیز کا قیاس کرنا بھی اس قسم کا معاملہ ہے شعور سے لا شعور کا رابطہ ختم کر لیا جائے تو قبل از وقت قیاس کر سکتا ہے۔ لاکھوں سال پہلے لوگ غیب کا سال آئینوں میں دیکھا کرتے تھے اور مستقبل کے بارے میں پیش گوئیاں کیا کرتے تھے۔ اور

## دماغی خوابیدہ قوتیں

تمام نظری کے عمل کے بغیر دماغی خوابیدہ طاقتیں بیدار نہیں ہو سکتیں اور نہ ہی ان سے حسبِ منشا کام لیا جاسکتا ہے اس لیے ان کا بیدار کرنا بنیاد پر ضروری ہے۔ ان پر عمل پیرا ہونے کے لیے بہترین طریقہ یہ ہے کہ تصور کی طاقت کو تیز کر کے اس پر قابو پایا جائے اور خیالی قوتوں کو اپنے کنٹرول میں کر لیا جائے تمام نظری کی شفا کے نقشہ خیالات کو یکجا کیا جاسکتا ہے۔ اور ایک نقطے پر مرکوز کیا جاسکتا ہے۔ اس طرح تصورات الجھاؤ ختم ہو کر آپ کو یکسوئی عطا کرے گا۔ اور آپ تمام نظری کی مشق میں کامیابی حاصل کرنے میں کامیاب ہو سکیں گے۔

## آنکھوں کو تھکن کا احساس

تمام نظری کی بدولت اگر آنکھوں کو تھکن کا احساس ہو تو کھلی آنکھیں مکہ کران پر مرکوز پانی کے چھینٹے ماریں اور انھیں اچھی طرح دھو لیں۔ اس طرح کسی مدت تک تھکن دور ہو سکتی ہے۔ اگر نظری مشق کے دوران میں آپ کو کسی قسم کے خوف، ڈر یا دہشت کا احساس ہو تو آپ اپنی ہمت اور حوصلے کو استوار کریں اور ہر قسم کے خوف و دہشت اور ڈر کو اپنے ذہن کی سطح سے کمرچ دیں۔ ذرا

خوف محسوس نہ کریں اور نہ گھبرائیں اور مضبوطی اور پورے استحکام سے اپنی مشق پر ڈٹے رہیں۔ اس طرح کامیابی آپ کے قدم چوم سکتی ہے۔ اگر آپ مضبوط دل کے ہوں گے تب ہی آپ پیش قدمی کرنے کے مرکب بن سکیں گے اور کامیابیاں حاصل کر پائیں گے۔ کسی قسم کی دہشت اور خوف کو اپنے اوپر نہ مادی ہوئے دیں۔

(۱)

## شمع بینی کی مشق کرنا

شمع بینی کی مشق علمِ ثانی یعنی (TELEPATHY) کو حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے۔ جب آپ اس مشق کو جاری کریں تو سب سے پہلے آپ کو اس مقصد کے لیے ایک ایسا کمرہ استعمال کرنا ہوگا جہاں مکمل تنہائی اور یکسوئی ہو۔ کوئی آپ کو کسی بھی طرح تنگ نہ کر سکے۔ آپ کے تنبیہ اور معویت کو نہ توڑ سکے۔ آپ بالکل الگ تھنک پیچھے ہوئے ہوں۔ اس طرح آپ شمع بینی کی مشق کو باسانی کر سکیں گے۔

جب آپ شمع بینی کی مشق شروع کریں تو آپ کو چاہیئے کہ ایک شمع کو روشن کر کے دو فٹ ایک انچ کے فاصلے پر اپنے سامنے رکھ دیں اس سے زیادہ فاصلہ نہ ہو۔ ایک دواغ کے فرق سے کچھ نہیں ہوتا۔ ایک چھوٹے سے سینڈ پر موم بنی گوروشن کر کے رکھنا

جے شمار کامیابیاں حاصل کرتے تھے۔ اس زمانے میں اس کو ٹیلی پتی کا نام دے دیا گیا۔ آج بھی لوگ اس قسم کی پیش گوئیاں کر سکتے ہیں۔ اگر وہ شعور سے لاشعور کا رشتہ ختم کر دیں اس سے رابطہ اور تعلق توڑیں مگر یہ کام ایک بہت ہی مشکل مسئلہ ہے اس کا حل بعد توجہ چاہتا ہے۔ آدمی اپنی شعوری طاقتوں کو بیدار کر کے ہی اس علم کو حاصل کر سکتا ہے۔

نظری مشقوں سے اور اے حواس کو قائم کیا جاسکتا ہے۔ مابعدالنفیات کے ماہر اس چیز کو کوٹ (CHOTE) کہتے ہیں اور نظری مشقوں سے اسے قائم کرنے کی ترغیب دیتے ہیں۔ روحانی طاقتیں اسی طرح استوار ہو سکتی ہیں کہ اپنے خیالات کو آدمی پاکیزہ رکھے اور خود بھی پاک صاف رہے۔ اپنے مذہب کے مطابق عبادت کرے اور گندے خیالات سے دور رہے اور اپنے منہ سے نیکیوں کو قابو میں رکھے۔ غصے کے قریب نہ گئے اور سچی زندگی گزارے تب ہی وہ رؤیائے صادقہ کے قریب آسکتا ہے۔

شیخ بینی کو ٹیلی پتی کا علم سمجھنے میں ایک خاص مقام حاصل ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ آئینہ بینی کو مقدم بنانا گیا ہے۔ کچھ افراد شیخ بینی کرتے ہیں اور کچھ لوگ آئینہ بینی سے اس علم کو حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ کچھ بھی ہے مقصد ایک ہی ہے کہ اپنے خیالات اور تصورات کو

ایک نقطہ پر مرکوز رکھا جائے اور پوری توجہ دی جائے۔ کسی قسم کی مداخلت آپ کی کیسوٹی میں مداخلت ہو سکتی ہے اور آپ اپنے اعضاء کو نرم اور ڈھیلے کرنے میں کامیاب نہیں ہو سکتے جب آپ کو یہ احساس نہ ہوگا کہ آپ کہاں بیٹھے ہیں یا کون آپ کے پاس بیٹھا ہے تب تک آپ لوگوں کی حالت میں پھنسے رہیں گے۔ آپ کو یہ احساس بھی نہیں ہونا چاہیے کہ آپ کہاں بیٹھے ہیں۔ آپ کے قریب کسی کا وجود نہ ہونا چاہیے۔ آپ بالکل تنہائی میں ہوں۔ تب ہی آپ اپنے اعضاء کو ہر قسم کے بوجھ سے آزاد کر سکتے ہیں۔ مکمل کیسوٹی آپ کو ہونی چاہیے تب ہی آپ کی مشقیں کامیاب ہو سکتی ہیں۔

## ادراک اور ماراے حواس

آدمی اگر ادراک اور ماراے حواس کی قابلیت، اہمیت، صلاحیت اور تربیت پانا چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ نظر کو ایک نقطہ پر مرکوز کرنے کا فن حاصل کرے اور جب وہ اس فن پر عبور حاصل کر لے تب اسے آگے بڑھنا ہوگا۔ پھر وہ آہستہ آہستہ کامیابی کی منازل کے قریب ہوتا چلا جائے گا۔ نظر کو قائم کرنے کی مشق ایک بہت ہی ضروری اور خاص اہمیت کی حامل ہے اس کے بغیر آدمی ٹیلی پتی کے بارے میں کچھ نہیں جان سکتا۔

اور کمرے کے تمام پوشندگان اور کھڑکیاں بند کر دیں تاکہ ہوا تنگ نہ کرے۔ کوئی بھی جھونکا اندر نہ آئے۔ اگر شمع کی لوار تلاش پذیر ہوگی تو آپ کی نظر اس پر غوریت کے عالم میں قائم و دائم نہ رہ سکے گی۔ اور آپ اپنی اس مشق کو تکمیل پذیر کرنے میں ناکام ہو جائیں گے اور یہ ناکامی آپ کو بہت پیچھے لے جائے گی۔

شمع کے بالکل سامنے آپ کو ایک کرسی پر بیٹھنا ہے۔ کمرہ چمکون ہوا دکرے میں بالکل تنہائی ہو۔ کمرہ ایسی جگہ ہو جہاں باہر کی آوازیں بھی نہ آسکیں۔ اگر باہر کی آوازیں آپ کو ستانی دیں گی تو آپ مکمل کیسوٹی اور تنہائی محسوس نہ کر سکیں گے اس طرح آپ کا انتہاک ختم ہو جائے گا۔

اصل سائنٹیفک طریقہ یہ ہے کہ آپ انتہائی محویت کے عالم میں ہوں اور آپ کے انتہاک میں جذبات کی سی کیفیت ہو۔ جب آپ شمع بجتی کرے ہوں تو آپ کا سارا جسم ڈھیلہ ہوا اور اعصاب پر کسی قسم کی کھچاؤٹ نہ ہو۔ آپ کو یوں محسوس ہو کہ آپ کا جوڑ جوڑ اگہ ہو گیا ہے۔ آپ کی نظریں شمع پر جمی ہوئی ہوں۔ آپ کو صرف اتنا یاد ہو کہ اس بہانہ رنگ و بو میں شمع کی لو کے سوا اور کچھ نہیں ہے۔ آپ ہیں یا شمع کی لو۔ اسے انتہاک اور جذبات کی کیفیت کہتے ہیں۔ یہی کامیابی اور کامرانی کی درست اور صحیح منزل ہے۔ جب آپ شمع کی لو پر نظریں جمائیں تو آپ کے جسم کا ہر عضو

بالکل ڈھیلہ ڈھلا اور بے حد نرمی لیے ہوئے ہو۔ وہ مٹ کے بعد ہی شمع کی جانب نظریں جمانے کی وجہ سے آپ کی آنکھوں سے پانی بہنا جاری ہو جائے گا اور آپ اس کی وجہ سے آنکھوں میں سخت تکلیف محسوس کریں گے۔ تین منٹ کے بعد ہی آپ کو گھبراہٹ اور کھچاؤٹ سی محسوس ہونے لگے گی مگر آپ کو ذرا ہی گھبراہٹ نہیں ہے اور نہ خوف محسوس کرنا ہے۔ اکتیس (۲۱) منٹ تک کم از کم آپ کو اس مشق کو جاری رکھنا ہے۔ پھر آپ کی آنکھوں سے خود بخود ہی پانی بہنا بند ہو جائے گا اور آپ زیادہ تکلیف بھی محسوس نہ کریں گے۔ کم از کم آدھے گھنٹے کے قریب آپ کو اس مشق کو جاری رکھنا ہے۔

(۲)

## شمع کی لو پر نظروں کو اچھی طرح جمانا

شمع کی لو پر نظر کو اچھی طرح جمانا چاہیے۔ جس سٹیڈ پر آپ نے موم بتی روشن کر کے رکھی ہے وہ سوا چھاپ (پلہ) سے زیادہ نہ ہو۔ زیادہ ویرنظر میں شمع کی لو پر جانے سے آپ کے چہرے پر تناؤ اور کھچاؤٹ ہوگی اور آنکھوں میں درد کا احساس ہوگا۔ مگر آپ کو درد و ناقد کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ جیسے جیسے اس عمل میں اضافہ ہوگا اور آپ کی محویت اور انتہاک بڑھے گا ویسے ویسے



آپ ہر قسم کی تکلیف، کچھاوٹ اور تناؤ سے بے نیاز ہوتے چلے جائیں گے اور کسی قسم کی تکلیف کا آپ کو احساس نہ ہوگا۔ یہ شمع بینی کی مشق کے لیے ایک جامع اور مطبوس طریقہ ہے۔ کچھ دیر کے بعد آپ نفوس کو گھما کر دائیں کندھے کی جانب لے آئیں لیکن آپ کی نظریں شمع کی تصویر ہی جمی ہوئی چاہیے اور آپ کی گردن کمان کی طرح تنی ہوئی اور سیدھی ہونی چاہیے۔ اس عمل کو آپ آہستہ آہستہ کریں گے۔ پھر آپ کو آہستہ آہستہ اپنی گردن اسی انداز میں بائیں کندھے کی جانب گھمائی ہے اور آپ اپنی گردن کو بائیں کندھے کے آخری سرے پر لے آئیں مگر شمع کی لو آپ کی نظروں کے احاطے میں ہی ہوئی چاہیے۔ اس طرح آپ تکلیف اور وقت محسوس کریں گے لیکن اس تکلیف سے آپ کو پریشان یا خوفزدہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ مشق اسی طرح مکمل کی جاتی ہے اور اسے آنکھوں کو متحرک رکھنے کی مشق سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ یہ علم ٹیلی پتھی کو حاصل کرنے کے لیے ایک عمدہ ترین مشق ہے۔ اس مشق میں تقریباً ساری مشق سے زیادہ مشقت کرنا پڑتی ہے اور یہ مشق ہے جھکاؤ کی وقت طلب، مگر اسے صبر کے عمل سے پارہ ٹھیک کر بیٹھنا چاہیے اور قلم کا دامن نہ چھوڑنا چاہیے۔ کسی طرح بھی اس مشق کو کرتے ہوئے جلد بازی سے کام نہ لیں۔ اس مشق سے نظریں جلد ہی تھکاوٹ محسوس کریں گی مگر آپ صبر و تحمل کا مظاہرہ کریں اس پر

توجہ ہی نہ دیں قرآپ کو کامیابی اور کامرانی ملے گی۔

(۳)

## خیالات میں یکسوئی پیدا کرنا

ہر مشق کو آپ کامیابی کے ساتھ سرانجام دے چکے ہیں۔ اب آپ کو تیسری مشق کرنا ہے۔ اس مشق میں آپ کو خیالات میں یکسوئی پیدا کرنا ہوگی۔ تصورات اور اپنے خیالات میں کسی طرح کا انتشار نہ رہنے دینا ہوگا۔ اس مشق کو جاری رکھنے کے لیے بھی آپ کو ایک تشنگ کرے کا انتخاب کرنا ہوگا۔ آپ ایک تشنگ کرے میں چلے جائیں۔ وہاں مکمل تنہائی ہو اور آپ کے تجلیے میں کوئی مداخلت نہ کرے۔ آپ اس کرے میں دوڑاؤ جو کر بیٹھ جائیں اور گھٹنوں پر ٹانھہ جمالیں۔ پھر اپنے آپ پر محویت اور انہماک طاری کرنا شروع کریں۔

جب آپ محسوس کریں کہ آپ پر جذب کی سی کیفیت طاری ہو چکی ہے تو آپ اپنے ماضی میں کھو جائیں۔ اور اپنی پیدائش کے بارے میں سوچیں کہ آپ کہاں اور کن حالات میں پیدا ہوئے تھے پیدائش کے بعد کے واقعات کو آپ اپنے خیالات اور تصورات کی آگاہ میں لائیں اور آہستہ آہستہ آپ سوچتے چلے جائیں۔ جب آپ کا تصور اور خیال اتنا مضبوط و مستحکم ہو جائے کہ آپ اپنی زندگی

کے گزرے ہوئے واقعات آئینے کی شنائی کی طرح دیکھ سکیں۔ آپ کے ذہن کی سوچوں میں ایک ایک واقعہ ابھرتا چلا جائے اور آپ کسی معمولی سے واقعے اور حادثے کو اپنے تصورات اور خیالات کی دنیا سے ادھر ادھر نہ کر سکیں۔ آپ کے سامنے گزرے ہوئے واقعات کی کڑیوں کی گرہیں کھلتی چلی جائیں۔ اس عمل کے لیے لازم ہے کہ کسی بھی لمحے آپ کے ذہن میں کسی طرح کا انتشار پیدا نہ ہو اور آپ بدخیالی اور بدتصوراتی کا شکار نہ ہوں۔

اگر آپ خیالات اور تصورات کی معویت پر قابو نہ رکھ سکے تو آپ ناکام ہو جائیں گے اور یہ ناکامی آپ کی ساری جدوجہد اور محنت کی عمارت کو زمین بوس کر دے گی اور آپ کامیابی کی منزلوں سے بہت دور چلے جائیں گے۔ اگر آپ اس تیسری مشق کو کامیابی سے کر لیں تو آپ خوش نصیب شخص ہوں گے۔ اس مشق کو کرتے ہوئے اپنے خیالات اور تصورات کو کسی طرح کی بحث اور دلیلوں سے دور رکھیں۔ اگر آپ اس قسم کی گراوٹ کا شکار ہو گئے تب بھی آپ کی مشق مکمل نہ ہوگی اور آپ ناکام ہو جائیں گے۔

(۴)

دماغ کو ہر قسم کے فکروں سے آزاد کر لینا چاہیے  
جب آپ نے تیسری مشق کامیابی سے کر لی تو آپ بستر پر لیٹ

جائیں اور اپنے دماغ کو ہر طرح کی فکروں سے آزاد کر لیں۔ اسے کھلا چھوڑ دیں اور اپنے اعصاب پر کسی طرح کی کچھاوٹ نہ دہنیں۔ تمام جسم کو بالکل ڈھیلا چھوڑ دیں۔ اتنا ڈھیلا کہ آپ محسوس کرنے لگیں کہ آپ کا جوڑ جوڑ الگ ہو گیا ہے اور ہر عضو بالکل نرم اور ڈھیلا ڈھالا ہے۔

جب آپ کے جسم کے عضلات اس حد تک نرم اور ڈھیلے ہو جائیں گے تب آپ محسوس کریں گے کہ آپ کو سکون اور راحت مل رہی ہے اور آپ یکسوئی اور اطمینان کے سمندر میں بہنے لگے ہیں اور آپ پر خوشگوار انہماک، محویت اور جذب طاری ہونے لگا ہے۔ تب آپ آئندہ ظہور پذیر ہونے والے کل کے واقعات کو ذہن کی سطح پر پھیلانا شروع کر دیں۔ آپ کی سوچیں صرف اسی طرح اور اسی پہنچ پر رہنی چاہئیں۔

کمرے کی فضا میں مکمل سنٹا، یکسوئی، خاموشی اور راحت ہونی چاہیے جس کی وجہ سے آپ کو ایک عجیب سا سکون اور فرحت مل رہی ہو اور آپ سوچنا شروع کر دیں کہ کل آپ کو کس کس شخص سے ملاقات کرنی ہے اور آپ کو کیا کام کرنے ہیں۔ کہاں کہاں جانا ہے کونسی خاص اہمیت کی حامل مصروفیات ہوں گی یا آپ کو کون کون سے کارنامے سرانجام دینا ہوں گے یا کون سے کام کرنے ہوں گے کونسا شخص آپ سے ملے گا اور وہ آپ سے کس قسم کی باتیں کرے گا

یا آپ اس سے کس طرح گفتگو کریں گے اور کن امور پر آپ کی اس سے باتیں ہوں گی۔

لیکن ایک بات کا خیال ہے کہ آپ کا ذہن اس وقت بحث و تدبیر کی آماجگاہ نہ بننے پائے ورنہ آپ کی مشق ناکام ہو جائے گی۔ آپ اپنے اندر اتنی عویت پیدا کریں کہ آپ کے قصورات اور خیالات کسی طرح بھی منتشر نہ ہوتے پائیں۔

پھر آپ تیسرے دن وقوع پذیر ہونے والے واقعات کے بارے میں سوچنا شروع کر دیں اس طرح آپ آگے ہی لگے بڑھتے چلے جائیں گے۔ تقریباً ایک ماہ بعد آپ اپنی سوچوں کو پرکھیں کہ آپ کس حد تک کامیاب ہوئے ہیں۔ اگر آپ کی سوچیں مفید کامیاب ہوئی ہیں تو یہ آپ کے لیے ایک بہت بڑی کامیابی ہے اور آپ ترقی کی راہ پر تیزی سے گامزن ہیں اور یہ سیدھی راہ آپ کو کامیابی کی منازل سے ممکنہ کر دے گی اس طرح آپ کی اور اکی قوتیں مضبوط ترین اور بیحد مستحکم ہو جائیں گی اور آپ کو ادراک ہو سکے گا کہ آپ کے ساتھ کل کیا ہونے والا ہے یا کیا ہو کرے گا اس مشق کو سونے کے وقت سے کم از کم ۲۱ یا ۲۲ منٹ پہلے کرتا چاہیئے۔ اس طرح اس عمل میں زیادہ اٹھماک اور عویت پیدا ہوگی اور آپ حسب منشا کامیابی حاصل کر پائیں گے۔

جب آپ سب کچھ دیکھ لیں تو اپنی اس کامیابی کے بارے میں

فطرت کھتے جائیں۔ اس طرح کھنے سے آپ کو یہ اندازہ ہوگا کہ آپ کو کتنی کامیابی ملی ہے آپ نے کتنی ترقی کی ہے اور آپ اپنی اس کوشش میں کس حد تک کامیاب ہوئے ہیں۔

پھر آپ یہ اندازہ لگا سکیں گے کہ آپ کو کتنے فیصد کامیابی ملی ہے اور آپ سے کتنی غلطیاں ہوئی ہیں۔ پھر آپ اس کامیابی کی روشنی میں اگلے اقدامات بہتر طور پر کر سکیں گے اور آپ کو زیادہ کامیابیاں ملیں گی۔ اور آپ اس حد تک صلاحیت حاصل کر لیں گے کہ آپ بہتر طور پر پیش قیاسی کر سکیں گے اور آپ کے اندازے اور قیاس آسائیاں کافی حد تک درست اور صحیح ہوں گی۔ اور یہ آپ کی بہت بڑی کامیابی ہوگی اور آپ اس طرح پیش بینی کی طاقت حاصل کر لیں گے اور آپ کی قیاس آرمیوں کو اس سے مکمل تقویت ملے گی۔

(۵)

## قوت ارادی کو نظر میں رکھیں

اب آپ پانچویں مشق کرنے کے لیے اپنے آپ کو تیار کر لیئے اس سے پیشتر آپ کو اپنی قوت ارادی کی مضبوطی کو نظر میں رکھنا ہوگا آپ خند کے لیے آرام سے بستر پر سیدھے لیٹ جائیں اور اپنے آپ کو ہر طرح مطمئن اور پرسکون حالت میں کر لیں۔ پھر اس مشق کو جاری کریں اور قوت ارادی کو نظر میں رکھیں آپ کا دماغ ہر طرح کے

خیالات اور تصورات سے پاک و صاف ہونا ضروری ہے۔ پھر آپ آنکھیں بند کر لیں اور کچھ دیر اپنے آپ پر محویت اور انہماک طاری کر لیں۔ جب آپ اپنے کو نرسکون محسوس کریں تو آپ کو چاہیے کہ اپنے آپ کو اکسا نہیں اور اس کے لیے آپ کو نرم اور کامل بجیے والا انداز اختیار کرنا ہوگا۔

اس طرح آپ آہستہ آہستہ بڑبڑانے کے سے انداز میں بڑی نرمی سے بولتے ہوئے اپنے آپ کو کساتے رہیں اور جو کچھ آپ کہنا چاہتے ہیں اس کے بارے میں ہی بولیں۔ اور اپنی سوچوں میں بھی اس بات کو پیش نظر رکھیں، پوری طرح مکمل کیسوٹی کے ساتھ اپنی قوت ارادی سے کام لیں، اس طرح آپ صحیح لائحہ عمل اختیار کر سکیں گے۔ پھر آپ آہستہ آہستہ نیند کی آغوش میں چلے جائیں۔ آپ جو کچھ چاہتے ہیں وہی سب کچھ آپ کو خواب میں دکھائی دے گا۔ اگر آپ نے اپنے آپ کو مستقبل دیکھنے کے بارے میں اکسایا ہے تو آپ مستقبل کے بارے میں واقعات اور حادثات دیکھیں گے جس دن کے واقعات کے بارے میں آپ دیکھنا چاہیں گے اسی دن کے بارے میں آپ واقعات اور حادثات سے آگاہ ہو سکیں گے نیند کے دوران میں آپ کو وہ سب مناظر دکھائی دیں گے جنہیں آپ دیکھنا چاہتے تھے اور یہ آپ کی بہت بڑی کامیابی ہوگی۔ اور علم علی پیشی (TELEPATHY) کے قریب ہوتے چلے جائیں گے۔ آپ

کی ذہنی قوتیں عالم خواب میں بیدار ہو کر آپ کو اس قسم کے مناظر دکھائیں گی اور آپ اپنے مستقبل کے واقعات اور حادثات کے بارے میں آگاہ ہو سکیں۔ دوسرے دن کے واقعات بھی آپ دیکھ سکیں۔

آپ کو چاہیے کہ آپ عالم خواب میں اپنے جسم کو مکمل طور پر ڈھیلہ چھوڑ دیں۔ اس وقت آپ کے تمام عضلات ڈھیلے ڈھالے اور نرمی اختیار کیے ہوئے ہوں۔ اس طرح آپ اس مشق میں بہت زیادہ کامیابی اور ترقی پاسکتے ہیں اور آپ کی دماغی صلاحیتیں تقویت حاصل کر سکتی ہیں۔

مکان ہے آغاز میں آپ کو لاشعور کوئی واضح تصویر نہ دکھائے سکے اور آپ کی ذہنی سطح پر دھندلی پھیلی رہے مگر اس سے یوں ہونے یا گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ مکمل نینوٹی کے کی بانے والی مشق آخوکار آپ کو اپنے مقصد میں کامیابی دلانے کی۔ مشق کے دوران میں آپ کے خیالات اور تصورات بالکل آزاد ہونے چاہئیں وہ کسی قسم کی قید و پابندی کے تحت نہ ہوں۔

پھر ایک روز آپ اپنے مقاصد پوری کامیابی سے پالیں گے۔ اب کچھ باتیں بطور ہدایات بنچے درج کر رہے ہیں۔ آپ ان پر مکمل طور پر عمل کریں۔ اگر آپ نے دماغی ہی کو تباہی کی تو آپ باطنی مشقیں

میں کامیاب نہ ہو سکیں گے اور نہ آپ کو مستقبل بینی کے بارے میں کمال حاصل ہوگا۔ آپ ناکامی کے اندھروں میں بھٹکتے رہیں گے اور سب ناکام کا شکار رہیں گے۔ اور یہ ناکامی آپ کے لیے نقصان آمیز اور خطروں سے بھرپور ہو سکتی ہے۔ آپ الجھنوں اور مصائب میں گرفتار ہو سکتے ہیں۔

(۱)

آغاز میں آپ کو اپنی آنکھیں کھلی رکھنی ہوں گی۔ اور اپنے مشاہدے کی قوتوں میں اضافہ کرنا ہوگا۔ اور اپنے تصورات کو یکجا کرنا ہوگا۔ آپ کو گرد و نواح کی چیزوں کو غور بین نظروں سے دیکھنا ہوگا۔ اور ان کے بارے میں اپنی پرکھ کو بہترین بنانا ہوگا اور انھیں خوب اچھی طرح سمجھنا ہوگا۔

(۲)

آپ کو ایک جگہ رکنے کی ضرورت نہیں ہے مسلسل گئے بڑھنا ہے اور یہ پیش نظر رکھنا ہے کہ آپ کا سفر جاری ہے اور اسے آپ کسی حالت میں بھی نہیں روکیں گے۔ اگر ایک بار رک گئے تو آپ اپنے اس سفر کو کسی حالت میں جاری نہ رکھ سکیں گے۔ اور آپ کو پریشانیوں، مایوسیوں اور تکلیفیں گھیر لیں گی۔ اس لیے آپ کو ہر قدم آگے ہی آگے اٹھانا ہے۔ پیچھے نہیں پلٹنا ہے۔ پیچھے پلٹنے والے ٹیلی پیٹھی کے اسرار و رموز کو نہیں پا سکتے۔ مکمل حوصلے اور چٹانوں

جیسے عزم سے آپ کو آگے بڑھ کر کامیابیاں حاصل کرنا ہے۔

(۳)

ٹیلی پیٹھی ایک جیتا جاگتا سائنس کے متعلق فن ہے

ٹیلی پیٹھی ایک جیتا جاگتا سائنس کے متعلق فن ہے اسے حاصل کرنے کے لیے بہت زیادہ بہادری، دلیری، ہمت اور آہنی عزم و حوصلے کی ضرورت ہے۔ بس سمجھ لیجیے کہ آپ کو چٹانوں کو کاٹ کر اپنے لیے جوئے شیر بہانی ہے۔ اس عزم کے ساتھ ہی آپ آگے بڑھ سکتے ہیں اور اس علم کو حاصل کرنے میں کامرانی اور کامیابی پا سکتے ہیں۔ یہ علم جادو، ٹوٹا یا سحر نہیں ہے بلکہ ایک ایسا فن ہے جو کھٹن منازل طے کرنے کے بعد حاصل ہوتا ہے اور پُر پُر خاردار جنگلوں سے گزر کر اسے پایا جاسکتا ہے۔ اپنی ہمتوں اور حوصلوں کو استوار کر کے آگے ہی آگے قدم بڑھائیں۔ ایک روز آپ روشن منزل پر آ پہنچیں گے اور اپنی ترقیوں کے نتائج سے مطمئن ہوں گے اور آپ مکمل طوبہ پرست قبل کو پا سکیں گے۔ پھر آہستہ آہستہ آپ میں اتنی زبردست سمیرمیزی طاقتیں پیدا ہو جائیں گی کہ آپ اپنی مطلوبہ شے کو آسانی سے کھینچ کر سکیں گے۔ کسی بھی رنگ کے ذہن کو اپنے تابع کر کے اسے اپنی ممول بنا سکیں گے۔ اسی طرح کسی بھی شگدل انسان یا ظالم شخص کو آپ اپنے تابع کر کے یعنی اپنے ٹرانس

ہیں مگر اس سے اپنی مرضی کے مطابق کام لے سکتے ہیں۔ چونکہ وہ آپ کا معمول ہوگا اس لیے وہ خدمت گزاری کے انداز میں آپ کا ہر حکم ماننے کا۔ کسی حکم سے روگردانی نہ کرے گا۔ اور آپ کا یہ ایک بہت بڑا کارنامہ ہوگا اور قوت ارادی کی انتہائی مضبوطی کا مظاہرہ ہوگا۔ جسے دیکھ کر کوئی شک رہ جائیں گے اور وسطِ حیرت بن کر آپ کی تعریف کریں گے اور آپ سے مرعوب ہوں گے اور آپ سے وہ کام لینا چاہیں گے اور آپ ان کے کام کر کے انھیں مزید حیران و ششدر کریں گے اور وہ آپ کے اس اقدام سے بے حد خوشی محسوس کریں گے۔

(۴)

### جنسی معاملات میں محتاط رہنا ہوگا

ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) کے علم کو جاننے کے لیے جو مشقیں آپ کریں گے ان کے عمل کے دوران میں آپ کو بہت زیادہ محتاط رہنا ہوگا اور جنسی معاملات کو حل کرنے میں آپ کو اعتدال کا دامن تھامنا ہوگا۔ اعتدال سے آگے سرگز نہ بڑھیں۔ اگر آپ آگے بڑھیں گے تو اس سے آپ کمزوری محسوس کریں گے اور آپ کو اس طرح ناکامی بھی مل سکتی ہے۔

حقوں کے دوران میں آپ کو غذائی معتدل کھانا ہوگی اس

قسم کی کوئی غذا آپ استعمال نہ کریں گے جس سے آپ کے اندر شہوانی جذبے پیدا ہوں اور آپ کا رجحان جنسی جذبات کی جانب منتقل ہو۔ آپ کو ہر طرح کی احتیاط کرنا ہوگی۔ ایسی فلمیں اور تصاویر بھی آپ نہ دیکھیں جن کی وجہ سے آپ کے جنسی جذبات بھڑک اٹھیں۔ آپ کو اپنے خیالات اور تصورات پاکیزہ اور ہر طرح صاف و شفاف رکھنا ہوں گے۔ آپ اپنے آپ کو صاف ستھرا اور پاک رکھیں گے۔ اس صدمت میں ہی آپ ٹیلی پیتھی کے علم سے مکمل آگاہی حاصل کر سکتے ہیں۔ ورنہ دیگر صورت میں آپ ناکام ہو سکتے ہیں۔ اور آپ کی ساری محنت، جدوجہد اور مشقت کا زبیل ہو سکتا ہے۔ اور آپ کی انرجی اس حد تک دیک ہو سکتی ہے کہ آپ مختلف بیماریوں کا شکار بن کر موت کی آغوش میں جا سکتے ہیں۔

اس لیے آپ کو بیدار احتیاط کے ساتھ مشقوں کے مراحل اور عمل سے گزرنا ہوگا۔ پاکیزگی کی حالت میں آپ مستقبل بینی کا فن جان سکتے ہیں۔ یہ بات نہیں ہے کہ آپ جنسی جذبات کو بالکل ہی ختم کر دیں کبھی بھی ان جذبات کو آپ کھلا چھوڑ کر جنسی جذبات کی تکمیل کر کے خطا اٹھا سکتے ہیں لیکن یہ سب کچھ اعتدال میں رہ کر ہوتا چاہیے آپ کو اپنی قوت ارادی اور جسمانی طاقت سے بیدار کام لینا ہوگا اسی لیے یہ ہدایت آپ کے لیے ہے کہ اپنی طاقت کو فضول خرچ نہ کریں۔ مشقوں کے دوران میں آپ کی بیدار طاقت خراب ہوگی اس لیے

آپ کو اپنی قوتوں کو بپا کر اور سنبھال کر رکھنا چاہیے تاکہ آپ انہیں ضرورت کے وقت خرچ کر سکیں اور ان سے کماحقہ طور پر فائدہ اٹھا سکیں۔

(۵)

## کسی الجھن میں نہ پڑیں

مشقوں کے بعد اگر آپ کوئی خواب دیکھتے ہیں۔ اگر آپ گہری نیند میں خواب دیکھتے ہیں یا غنودگی کی سی حالت میں آپ کسی خواب کا نظارہ کرتے ہیں تو آپ کو چاہیے کہ مامیت اور اہمیت (IMPORTANCE) کو سمجھنے کی کوشش کریں۔ اس کے علاوہ کسی اور الجھن اور پیکر میں نہ پڑنا چاہیے نہ اس کی تعبیر کو سمجھنے کے لیے اور اور جھٹکنا چاہیے بس آپ اس اہمیت کو خود ہی سمجھیں اور پھر اس کے مطابق کام کریں آپ کو ہماری بیان کی ہوئی احتیاط پر سختی سے عمل پیرا ہونا پڑے گا اور اپنے دل میں یقین کامل رکھنا ہوگا۔ اور جہم عمل سے ہی آپ کامیابی اور کامرانی حاصل کر سکتے ہیں۔ کیونکہ عمل سے ہی زندگی بنتی ہے جہم بھی اور جنت بھی۔ اگر آپ جہم خریدنا چاہتے ہیں تو ناکامی قبول کر لیجیے ورنہ جنت تو آپ حاصل کر ہی لیں گے۔ جنت کو حاصل کرنے کے لیے آپ کو جہم، مشقت، جدوجہد اور طاقت کی ضرورت ہوگی۔ ایک بار اگر آپ نے ٹیلی ویشن پر علم کو حاصل کر لیا تو

سمجھ لیجیے کہ آپ جنت کی حدود میں آگئے۔ یہ ایک سائنسی علم ہے اور پوری توجہ چاہتا ہے، ارتکار توجہ، یکسوئی اور تنہائی کے بغیر آپ اس علم کو حاصل نہیں کر سکتے۔

(۶)

## کنی جی دن کے واقعات سے آپ آگاہی حاصل کر سکتے ہیں

آپ سونے سے پہلے اپنے جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں۔ اور اپنے آپ پر مراقبہ کی سی حالت طاری کر لیں۔ جب آپ خود پر جذب کی سی کیفیت طاری کر لیں تو آنکھیں بند کر لیں اور سونے کی کوشش کریں۔ جب آپ سو جائیں تو آپ کو کسی جی دن کے واقعات اور حادثات خواب کی صورت میں نظر آئیں گے لیکن اس قسم کے خواب دیکھنے کے لیے بیہوش، حواسِ بیدار اور جنت سے کام کرنا ہوگا۔ تب ہی آپ اپنے دل کے واقعات سے آگاہی حاصل کر سکیں گے۔

## اصل چیز روح ہے

حقیقت یہ ہے کہ روح ہی اصل چیز ہے۔ جسم ایک ثانوی اور مادی شے ہے۔ اور جسم مٹی ہے۔ یوں سمجھ لیجیے کہ مٹی کے بُت



میں روح کو داخل کر دیا گیا ہے جو بھی افیت یا راحت آپ کو ملتی ہے وہ روح کی وجہ سے ہی ہے۔ غلاب اور غلاب روح کو ہی ملتا ہو سکتا ہے۔ جزا و سزا روح کو ہی ملتی ہے۔ روح ہی سب کچھ کرتی ہے۔ آدمی کا خاکی جسم جو کچھ کرتا ہے، روح کے تابع ہو کر ہی کرتا ہے۔

ایک کے بعد دوسرا مرحلہ پیدا ہوتا ہے۔ اب آپ کے سامنے بھی دوسرے مراحل اور عملیات ہیں۔ اب آپ کو اس عمل سے بھی گذر کر عہدہ برآ ہونا ہے۔ اور آپ علمِ علی پیتی (TELEPATHY) کے قریب ترین ہوتے والے ہیں۔ اب آپ کو مزید حوصلے مزم اور بہت کی ضرورت ہوگی۔ اور آپ کو زیادہ محنت اور مشقت کرنا ہوگی۔ تب ہی آپ دوسرے مرحلے کو یقین کے ساتھ طے کر سکیں گے اور مشقوں کو اطمینان اور احتیاط سے کر کے ان میں نمایاں کامیابیاں اور کامیابیاں حاصل کر سکیں گے۔

دوسرے مرحلے میں آپ کو اپنے جسم کو اپنے دھوج کا تابع بنانا ہوگا۔ یعنی آپ جو کچھ چاہیں گے آپ کے جسم کو اسی طرح کرنا ہوگا۔

## جسم کا آپ کا تابع ہونا ضروری ہے

جسم کا آپ کے تابع ہونا ضروری ہے اگر آپ نے اس قوت کو حاصل کر لیا تو سمجھ لیجئے کہ آپ کامیابیوں کے قریب ترین آگئے۔

آپ کو اپنی تمام غیر ارادی حرکتوں کو ہر طرح قابو میں کرنا ہوگا۔ اور کوئی ایسا فعل نہ کرنا ہوگا جو آپ کی روح کے منافی ہو اور غیر شائستگی لیے ہوئے ہو۔ بے خیالی میں بھی آپ کو کوئی غلط حرکت نہ کرنا ہوگی۔ اور اپنے جسم کے مخصوص حصوں کو اپنے تابع بنانا ہوگا۔ اس طرح آپ کامیابی حاصل کریں گے ورنہ نہیں۔ اور نا کافی آپ کا متہ چڑائے گی۔ اور آپ سرد چھتے رہ جائیں گے اور آپ وقت گزر جانے کے بعد کچھ بھی حاصل نہ کر پائیں گے۔

جب آپ جسمانی ورزش کر چکے ہوں تو اس کے بعد آپ کو لازم ہے کہ آپ خیالات اور تصورات کو کیسوی عطا کریں۔ اور انھیں ایک مرکز پر لے آئیں۔ کسی طرح بھی انھیں جھکنے نہ دیں۔ اگر اپنے خیالات اور تصورات میں آپ نے کیسوی پیدا کر لی اور ان کا ارتکاز کر لیا تو آپ بہت بڑا مرحلہ طے کر گئے اور ترقی کے مراحل میں داخل ہو گئے۔ اس طرح آپ کی کامیابی ایک یقینی امر ہے۔ آپ کو جسمانی ورزشیں اس لیے کرنا ہوں گی کہ آپ اپنے جسم کے حصوں کو مسخر کر سکیں۔ اگر آپ نے انھیں تسخیر کر لیا تو میدانِ جیت لیا۔

## روح پر قابو پانا ضروری ہے

جسم کے حصوں کی تسخیر کے بعد پھر آپ کا روح پر قابو پانا ضروری ہے ورنہ آپ کو علمِ نیلی پیتی (TELEPATHY) حاصل نہ ہوگا اور

آپ اور دوسرے علم کے ساتھ بھٹکتے رہ جائیں اس لیے آپ کو روح پر بھی مکمل کنٹرول کرنا ہوگا۔ (TOTAL CONTROL) اس کے لیے ضروری ہے کہ آپ ریٹ کر اپنے جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں اور اپنے اوپر جذب کی سی کیفیت طاری کر کے اپنے خیالات اور تصورات کو سوالات کے حوالے کر دیں۔ اور اپنے لیے کچھ نرمی دے کر آہستہ آہستہ کہیں کہ میں تحت الشعور سے کلام کرتا ہوں۔ جب آپ سمجھیں کہ آپ تحت الشعور سے ہم کلام ہونے میں کامیاب ہو گئے ہیں تو اسے آپ نرم انداز میں کوئی حکم دیں وہ آپ کا حکم مانے لگا اور وہ وہی کام کرے گا جس کی ہدایت آپ اسے دیں گے اس طرح آپ مستقبل بینی کے دوسرے مرحلے کو کامیابی سے طے کر لیں گے۔

## تقریباً سوادو سال تک آپ کو مشقیں جاری رکھنا ہوں گی

تقریباً سوادو سال تک آپ کو مشقیں جاری رکھنا ہوں گی۔ پھر کہیں جا کر مستقبل بینی کے فن کو حاصل کر پائیں گے اس علم کو حاصل کرنے کے لیے آپ کو نہایت مہربان و استقامت، احتیاط، جدوجہد اور مشقت سے کام لینا ہوگا اور اپنی شہوانی خواہشات کو بھٹکنے نہ

دینا ہوگا اور نذا کو معتدل رکھنا ہوگا۔ تب آپ کامیابیاں حاصل کر کے ترقی کی منازل سے جھلکارا ہو سکیں گے اور آپ مستقبل بینی کے فن کو حاصل کر لیں گے اور یہ آپ کی بہت بڑی کامیابی ہوگی۔ آپ جب ان مشقوں کو کر رہے ہوں گے تو آپ تقریباً ایک ماہ کے بعد اس کا کشف حاصل کر پائیں گے۔ لیکن زیادہ نہیں کسی حد تک یہ انکشافات ہونے شروع ہو جائیں گے لیکن آپ کچھ نہ کچھ مستقبل کے بارے میں جاننا شروع کر دیں گے لیکن یہ اسی صورت میں ممکن ہے جبکہ آپ مشقوں کو مکمل یکسوئی اور ارتکاز توجہ کے ساتھ کریں گے تو آپ کو کامیابی ملے گی۔ تقریباً سوادو سال میں آپ کافی کامیابیاں حاصل کر لیں گے اور مستقبل بینی سے ہم کنار ہو سکیں گے اور اپنے مستقبل کے ہر واقعے اور حادثے کو واضح حالت میں دیکھ سکیں گے۔ اور آپ مفادات اٹھا سکیں گے اور آپ کے خیالات پاکیزہ اور صاف ہو جائیں گے اور کائنات کو آپ اپنے سامنے ایک تصویر کی مانند دیکھ سکیں۔ کائنات کے اسرار و رموز آپ پر واضح ہو جائیں گے۔ اور آپ کی ذہنی اور جسمانی غفلت دور ہو جائے گی۔ آپ آئینے کی طرح شفاف ہو جائیں گے۔

## جسمانی کاٹ چھانٹ اور شعوری جذبے

جسمانی کاٹ چھانٹ اور شعوری جذبے آپ کو ایک عجیب نیچ پر

لے آئیں گے اور آپ کے تجربات ایک شعوری حیثیت حاصل کر لیں گے۔ آپ کے جسم کی غفلت دور ہو جائے گی اور آپ کی جسمانی ترائش خراش آپ کو گندگی سے دور کرنے کا موجب بنے گی اور آپ پھر باقاعدہ اس قسم کی مشقوں کو آسانی سے جاری رکھیں گے جن کے ذریعے آپ نے دماغی پیغامات دوسرے ذہن کو بھیج سکیں گے اور ان پر آپ قادر ہونے کی حیثیت حاصل کر لیں گے۔

## آہستہ آہستہ گہری سانسیں لیں

مشق کے دوران میں آہستہ آہستہ گہری سانسیں لیں اور جسم کو بالکل ڈھیلا چھوڑ دیں۔ عضلات میں کھچاؤ بالکل نہ رہے اور آپ کو تصورات اور خیالات کی لورش سے اپنے ذہن کو محفوظ و مامون رکھنا ہے۔ اگر آپ کے خیالات آپ کے ذہن میں یلغار کی سی صورت پیدا کریں تو آپ ذرا بھی یکسوئی حاصل نہ کر سکیں گے اور آپ کا ذہن منتشر رہے گا۔ اور عجیب و غریب قسم کے خیالات آپ کو ارتکاز توجہ سے ہٹا دیں گے اور آپ کا ذہن انتشار کا شکار بن کر رہ جائے گا آپ کو کم از کم پانچ سال مشق کرنا پڑ جائے گی پھر کہیں جا کر عجیب و غریب خیالات کے بہت زیادہ مجموعہ سے بچ سکیں گے۔

جب آپ بے پناہ خیالات اور تصورات کے مجموعہ سے بچ گئے تو آپ کو اپنی توجہ ایک جگہ مرکوز کرنے میں کسی قسم کی دقت نہ ہوگی

اور آپ مکمل یکسوئی حاصل کر کے اپنے جذب اور راجہ کی سی صورت اختیار کر لیں گے۔ اس طرح آپ مکمل اعلیٰ ذہن، سکون اور راحت محسوس کریں گے اور آپ کا ذہن صاف ہو جائے گا اور جو کام آپ ذہن سے لینا چاہیں گے تو اسے نرم پہلے میں مخاطب کریں گے اور جو آپ چاہیں گے آپ کا ذہن بھی کام کرے گا۔ اور آپ کو اس کام میں ذرا سی بھی مشکل اور دقت پیش نہ آئے گی۔

سانس کی مشقیں آپ کو منتول ذہنی انتشار سے بچانے میں مدد دیں گی۔ اگر آپ اپنے دماغ سے کسی دوسرے ذہن کو کوئی پیغام دیں گے تو آپ کو سانس کی مشقوں سے الگ مشقیں کرنا ہوں گی۔ دراصل میلی پیٹھی کا طم برقی لہروں کی مانند ہے۔ یہ ذہنی طاقتوں کی قوت ہے جو کم ذہن سے برقی لہریں خارج ہوتی ہیں اور میلی پیٹھی کے ذریعے دوسرے ذہن تک پہنچتی ہیں اور جو پیغام ایک دماغ دوسرے مطلوبہ ذہن کو دینا چاہتا ہے وہ اسی برقی لہروں کے ذریعے دے سکتا ہے لیکن یہ آسان کام نہیں۔ اس کام کو سرانجام دینے کے لیے دو تین برس تک سیکھیں پھر بھی اسے ہر کوئی حاصل نہیں کر پاتا اسے حاصل کرنے کے لیے بڑے عزم، محصلہ اور اتنی ہمت و طاقت کی ضرورت ہے۔ اس علم کی مشقیں جان لیوا بھی ثابت ہو سکتی ہیں۔ جو لوگ بلان کی بازی لگا کر انتھک محنت اور جدوجہد اور مشقت کریں اس علم کو حاصل کر لیتے ہیں۔ وہ اپنی ترقی و ترویج کے

لیے ایک بڑا معرکہ کھانے میں اور کامیابیاں اور کامیابیاں ان کے قدم چومتی ہیں۔ سانس کی مشقیں اعصابی نظام کو فعال اور صبح رکھنے کا سبب بنتی ہیں۔ اسی لیے یوگا اور ٹیلی پیچی میں سانسوں کی مشقوں کو لازمی قرار دیا گیا ہے۔ جب آپ کا اعصابی نظام درست ہوگا اور آپ کے اعصاب کسی طرح کی کچاٹ محسوس نہ کریں گے، تو آپ ٹیلی پیچی کی مشقیں آسانی سے کر سکیں گے۔

ماہر سائنس دان ذکا لو (ZAKALOW) کہتا ہے کہ سانس اور تصورات اور خیالات کا گہرا تعلق ہے جسے ایک دوسرے سے الگ نہیں کیا جاسکتا۔ ان کے بعد ذہن ادھورا اور نامکمل ہے۔

یہی وجہ ہے کہ یوگا اور ٹیلی پیچی کے لیے جو سانس کی مشقیں پیدا کی جاتی ہیں وہ تنفس کو مختلف انداز میں اجاگر کرتی ہیں۔ اور اعصابی قوتوں، طاقتوں اور توانائیوں کو ایک مرکز عطا کرتی ہیں اور وہ مرکز انتہائی طاقتور ہوتا ہے اسی لیے ان مشقوں کو کیا جاتا ہے۔ کہ اپنی قوتوں کو یکجا کر کے انھیں مربوط، توانا اور طاقتور بنایا جائے۔ کائنات میں بے بہا انرجی (طاقت) (POWER) موجود ہے۔

اور اس پاور و طاقت کو سانس کے ذریعے ہی حاصل کیا جاسکتا ہے لیکن سانس لینے کے طریقے بدلا دیں۔ اسی لیے ہم سانس لینے کے انداز کے بارے میں بتا رہے ہیں تاکہ اس طرح آپ ٹیلی پیچی کے علم کو انداز دے سکیں اور ترقی کر سکیں۔

انسانی دماغی بناوٹ ایک ایسی چیز ہے کہ جو انسانی جسم کی تڑاٹ خراش کرتی ہے اور اسے شعوری تجربوں سے آتش بنا کرتی ہے دماغی ساخت انسان کے لیے طاقت کا منبع ہے۔ لا شعوری اور شعوری طاقتوں کو صبح انداز میں پیش کرتی ہے اور نکتہ الشعور سے آدمی اسی سے کام لیتا ہے۔ اور اپنی مطلب برآری کرتا ہے اور انسانی جسم کی تعمیر اسی سے ہوتی ہے۔ اس لیے آپ کو چاہیے کہ مہر، تحمل، اطمینان اور سکون سے مشقیں کریں۔ اور کائنات میں پھیلی ہوئی انرجی کو زیادہ سے زیادہ اپنے اندر سمیٹیں تاکہ آپ کامیابی حاصل کر سکیں اور ترقی کی منازل کی جانب آسکیں۔ جب آپ اس سٹیج پر آگئے تو آپ ایک کامیاب شخص ہوں گے۔ اور آپ کو ہر طرح کے مفادات ملیں گے۔

ارتکاز توجہ سے ٹیلی پیچی کا تعلق اور رابطہ

قائم کرنا پڑتا ہے

ہم یہاں مال شارکوس ماہر کو کوٹ (COUTE) کرتے ہیں اس کا فرمان ہے کہ انسان کا ذہن بالکل واٹر لیس کی حیثیت رکھتا ہے۔ وہ خیالات کو وصول کرتا ہے اور بھیجتا ہے اس کو ٹیلی پیچی کا علم کہا جاتا ہے اس علم کا تعلق ارتکاز توجہ، یکسوئی اور تنہائی سے ہے اس لیے آپ کو

اس علم کی مشقوں کے لیے ایک الگ تنگ کرہ منتخب کرنا ہوگا اور وہاں مکمل یکسوئی، پوری توجہ اور اطمینان سے آپ اپنی مشقوں کو جاری رکھنے کا موجب بن سکیں گے۔

آپ نے دیکھا ہوگا اور محسوس کیا ہوگا کہ اگر کسی روز محکم خراب ہو تو ریڈیو سے کھر کھر کر کی آوازیں آنے لگتی ہیں۔ مطلب یہ ہے کہ اس کی نشریات درست ادا کی جاتی ہیں۔ اسی طرح دماغی نشریات کا معاملہ ہے۔ اگر آپ کی توجہ ایک جگہ مرکوز نہیں ہے یا آپ کا کرہ الگ تنگ نہیں ہے۔ آپ کو شور وغل تنگ کر رہا ہے۔ اور آپ قصورات اور خیالات کی انتشار پذیری کا شکار ہیں اور آپ کو یکسوئی اور اطمینان حاصل نہیں ہے تو آپ کسی بھی طرح اور اک ماورائے حواس یعنی مستقبل بینی کی مشقوں میں کامیابی حاصل نہیں کر سکتے اور ماورائی حواس کو آپ اپنے تابع نہیں کر سکتے۔

ٹیلی پتھی کا مقصد (TELEPATHY) ماورائی حواس کو قبضے میں کر کے مستقبل بینی کو حاصل کرنا ہے۔ ارتکا ز توجہ اور مکمل یکسوئی کے بغیر آپ اس علم کو حاصل نہیں کر سکتے۔ بلکہ انتشار کی حالت میں آپ کو کئی قسم کی بیماریاں لگ سکتی ہیں۔

## ٹیلی پتھی کی غلط مشق کرنے سے آدمی کئی قسم کی بیماریوں کا شکار بن سکتا ہے

ٹیلی پتھی کی غلط مشق کرنے سے آدمی کئی قسم کی بیماریوں کا شکار بن سکتا ہے اگر آپ اور اک ماورائے حواس کی مشق میں مشغول ہیں تو آپ کو لازم ہے کہ آپ ایک الگ تنگ کرے میں باکراں مشقوں کو جاری رکھیں اور اس بات کا خیال رکھیں کہ آپ کو کوئی تنگ کرے اور آپ کسی قسم کا انتشار قبول نہ کریں۔ اگر آپ کو کسی قسم کے شور وغل نے تنگ کیا اور آپ اپنی ذہنی یکسوئی کو برقرار نہ رکھ سکے تو آپ مختلف بیماریوں سے دوچار ہو سکتے ہیں۔ اس میں ایک بیماری جنونی کیفیت، رمانس میں نسل اور پاگل پن ہے۔ پیش قیاسی کی مشق کو اگر صحیح طور پر نہ کیا جائے تو آدمی اس بیماری کا شکار بن کر جنطی ہو سکتا ہے اور اسے اداسیوں اور محرمیوں کے دورے پٹنے لگتے ہیں۔ اور وہ دنیا کا سب سے زیادہ پرانی آدمی سمجھا جانے لگتا ہے۔ اور وہ ہر وقت غمزدہ اور اداس رہتا ہے۔ اس بیماری کو (MELANCHOLIA) کا نام دیا گیا ہے۔ یہ بیماری آدمی پر بیماریوں کا باب کھول رہی ہے اور وہ ہمہ وقت غمگین رہنے لگتا ہے اور اپنے آپ کو جنطی سمجھ کر الٹی سیدھی حرکات کرنے لگتا

ہے اور وہ تو اتنا مایوس اور غم جو ہوتا ہے کہ سمجھنے لگتا ہے کہ وہ ایک ناکارہ آدمی ہے اس کے خیالات کو کوئی نہیں سمجھتا اور نہ کوئی اس کا حکم مانتا ہے۔ اس بات پر وہ دل برداشتہ ہو جاتا ہے۔ اب وہ (HYPOMENIA) بیماری کا شکار بن جاتا ہے اور اس قسم کی بیماریاں یا اس سے ملتی جلتی بیماریاں (DISEASES) اسے گھیر لیتی ہیں۔ ہائپومینیا (HYPOMENIA) میں آدمی اپنا کام پوری توجہ اور لگن سے کرنے لگتا ہے اور کرتا ہی چلا جاتا ہے اور اپنے آپ کو ہر وقت کسی نہ کسی کام میں مصروف رکھنے کی کوشش کرتا ہے اور وقت کو ضائع نہیں کرتا۔ وہ چاہتا ہے کہ دنیا و مافیہا سے بے خبر ہو جائے اور اسے کسی طرح کا احساس بھی باقی نہ رہے۔ اس قسم کی بیماری کا تعلق انسان سے بڑا نقصان دہ ہے۔ اور مسلسل غمزدہ رہنے سے انسان بہت کمزور ہو سکتا ہے۔ ایسی بیماریوں کو اگر ختم کرنا ہے تو نفس کی تحلیل کی جائے اور اس اقدام کو مسلسل کیا جائے تب اس قسم کی بیماریاں دور ہو سکتی ہیں۔

ایک بیماری اور بھی ہے اور وہ سے سرور دکا ہوتا، گرانی سی محسوس کرنا، پیشانی کی دھگوں کا اکرٹا دغیرہ۔ اس قسم کی تکلیف کو آپ فوراً دور کریں۔ اس کے باوجود میں سوچیں کہ آپ اس مرض کا شکار کیوں ہیں۔ اگر آپ نیند پوری نہیں کر سکتے تو خوب سوئیں یا کسی کتاب کے مطالعے میں مصروف و مشغول ہو جائیں اس طرح آپ کی

توجہ دوسری جانب منتقل ہو جائے گی اور آپ مرض سے نجات پا لیں گے۔ اس طرح اگر آپ سو گئے اور آپ کی نیند مکمل ہوئی تو آپ کے لیے بہتر ہوگا۔

## دوسرے امراض بھی ہو سکتے ہیں

لاشعوری طاقتوں میں اگر اضافہ ہو جائے تو آپ کو تیز بخار ہو سکتا ہے۔ جسم انگارہ بن جاتا ہے۔ آنکھیں اور جسم کی ہڈیاں درد کرنے لگتی ہیں اور شدید کمزوری کا احساس ہوتا ہے لیکن پھر ایک خاص مدت گزرنے کے بعد یہ بخار خود ہی اتر جاتا ہے۔ اس سے گھبرانا نہ چاہیے اور مشقوں کو یکسوئی اور پوری توجہ سے جاری رکھنا چاہیے۔ مشقوں کے دوران میں کسی وقت آدمی کا بوس مرض کا شکار ہو سکتا ہے۔ کا بوس اس مرض کو کہتے ہیں جس میں صحت پسند میں آدمی کو اپنے سینے پر زبردست دباؤ محسوس ہوتا ہے اور وہ سمجھتا ہے کہ کسی غیر مرضی طاقت نے اس کے سینے کو اپنے آہنی ہاتھوں سے جکڑ کر دبانا شروع کر دیا ہے۔ آدمی شدید گھبراہٹ کا شکار بن کر اس وقت بولنا چاہتا ہے مگر اس کی آواز نکلنے سے قاصر ہوتی ہے پورا زور لگا کر بولنے کی کوشش کرتا ہے مگر کچھ بھی بول نہیں پاتا۔ پھر آہستہ آہستہ یہ مرض خود ہی اسے چھوڑ دیتا ہے اور وہ اپنے آپ کو آزاد سمجھ کر اسوگی سے سانس لینے لگتا ہے اور اس کی سانسیں

موجب نہیں گے۔

غلط طریقے پر اور پاک ماورائے حواس کی مشقیں کرنے سے آدمی مرگی کی بیماری کا شکار بن سکتا ہے اور اس پر مرگی کے دورے پڑنے شروع ہو جاتے ہیں۔ اس لیے جب آپ مشق کریں تو اپنے آپ کو ہر قسم کے فتنوں جذبات سے پاک و صاف کر لیں اور وہ بن کو انتشار پذیر نہ ہونے دیں۔ خاص طور پر ہنسی بے اعتدالی سے نہ پھیننے کی کوشش کریں اور اپنے آپ کو پاک و صاف رکھیں۔ ذہنی بے راہروی سے بچیں۔ جبلی اور سفلی جذبات کے تقاضوں کو اپنے حواس پر مسلط نہ ہونے دیں۔ جنسی الجھنوں کو قریب نہ آنے دیں۔ آپ کو اپنے جذبات پر مکمل قابو رکھنا چاہیے۔ اور کسی قسم کے انتشار کو ذہن پر حاوی نہ ہونے دیں۔ اگر یہ مرض کسی طرح دور نہ ہو تو کسی ماہر سے اس کا علاج کروائیں۔ علی تنویم یعنی ہپناٹزم سے اس مرض کو دور کیا جا سکتا ہے اور کسی قسم کی تکلیف کا ذرا سا بھی احساس نہیں ہوتا۔ مشقوں کے دوران مشق کرنے والے کی قوت گویا نی بھی جاسکتی ہے اور وہ بالکل بھی نہیں بول سکتا۔ یہ ایک بڑا خطرناک مرض ہے جو اس وقت مشق کرنے والے پر طاری ہوتا ہے جب وہ خوفزدہ ہو جائے۔ مشق کے دوران خوف اور ہست کو اپنے حواس پر حاوی کر لیں اس طرح اسے یہ بیماری لگ سکتی ہے۔ اس لیے مشقوں کے دوران میں کبھی بھی اپنے آپ کو ڈر، خوف اور کسی قسم کی

اجتماع پذیر ہونے لگتی ہیں۔ جب رات کو سونے لگیں تو کسی کتاب کا مطالعہ کریں اگر آپ اسے پڑھتے پڑھتے سو جائیں تو آپ کسی مرض کا شکار نہ ہوں گے اور آپ کو اسودہ نیند آئے گی۔ رات کو سوتے وقت خیالات اور تصورات کو صاف رکھیں۔ کسی طرح کی آلائش ان میں داخل نہ ہونے دیں۔ اپنے جذبات کو پاکیزہ رکھیں اور جنسی جذبات کو ختم کر کے سوئیں۔ اس طرح آپ مکمل نیند لے سکیں گے اور آپ کا ذہن کسی قسم کا دباؤ یا انتشار محسوس نہ کرے گا۔

آپ کو ایک اور بات کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے کہ آپ ہنسی جذبات کی جانب زیادہ رغبت نہ کریں لیکن اپنی فطری خواہشات کو دبائے کی کوشش بھی نہ کریں۔ ایک مدد دہن رہ کر ان کی تکمیل کرتے رہیں تاکہ آپ کسی قسم کے برڈن اور انتشار کا شکار نہ ہو سکیں۔ اور آپ آرام اور سکون میں رہیں۔

علاوہ ازیں شعبہ بینی کی مشق سے آنکھوں میں تکلیف اور درد ہو سکتا ہے اس تکلیف اور درد کو دور کرنے کے لیے آپ سرد پانی کے ٹھنڈے آنکھوں پر ماریں۔ اس طرح آپ کی آنکھوں کو خشکی کا احساس ہوگا۔ اور آپ کا دماغ سکون پذیر ہو جائے گا اور آپ ہر قسم کے انتشار سے بچ جائیں گے کسی قسم کی پریشان کن کیفیت آپ کو تنگ نہ کرے گی۔ اور آپ اسودگی اور اطمینان محسوس کرنے کا



دہشت کے حوالے نہ کریں۔ ہر قسم کے خوف اور دہشت کا مردانہ وار مقابلہ کریں۔ اور ولیر، نڈر اور ہارڈ بن کر حوصلے، عزم اور ہمت کے ساتھ خوف اور دہشت کے مقابلہ میں سینہ سپر ہو جائیں۔ پھر آپ کامیاب مشقیں کر سکیں گے اور آپ اپنے مقصد میں کامیاب ہوں گے۔

ادراک ماورائے حواس کی مشقوں کو مکمل کیسٹوفی، حوصلے، اور ہر طرح سے پاک صاف رہ کر ہی پایہ تکمیل تک پہنچایا جاسکتا ہے۔ اور آپ ٹیلی پیٹھی (TELEPATHY) کا علم حاصل کر سکتے ہیں۔ اگر آپ خوفزدہ انداز میں ان مشقوں کو جاری رکھیں گے تو بیمار بچہ کرنا کامیاب کا شکار بن جائیں گے۔ اور ساری زندگی اپنا گوم برقصود نہ پاسکیں گے اور الجھنوں میں پھنس کدہ جائیں گے۔ اپنے ہوش و حواس اچھی طرح اپنے قابو میں رکھ کر ہی آپ ٹیلی پیٹھی کا علم حاصل کرنے میں کامیاب ہو سکتے ہیں۔

یہ ضروری نہیں ہے کہ آپ محض ٹیلی پیٹھی کے ہی سو کر رہ جائیں اگر آپ ایسا کوئی اقدام کریں گے تو یہ آپ کی زبردست غلطی ہوگی۔ آپ کو چاہیے کہ اپنے روزمرہ کے کاموں میں مصروف رہیں۔ اور ناراض وقتوں میں مشقوں کو کریں۔ اس طرح آپ کسی قسم کے انتشار اور الجھن میں نہ پھنسیں گے اور آپ کی مشقیں ٹھیک طرح جاری رہیں گی اگر آپ دنیاوی کام چھوڑ دیں گے تو آپ کے ذہن پر بوجھ رہے گا اور مشقوں کو

صحیح طور پر نہ کر سکیں گے۔ اس لیے آپ کو ہر قسم کے بارے سے آزاد ہونا چاہیئے۔

## ٹیلی پیٹھی کے نئے انداز مندرجہ ذیل ہیں

ایک دماغ سے خارج ہونے والی برقی لہریں دوسرے دماغ کی برقی لہروں سے جاکر ٹکراتی ہیں اور انہیں اس صورت میں پیغام ملتا ہے۔ اور دوسرا ذہن پیغام وصول کر کے اپنا پیغام دوسرے ذہن کو دیتا ہے اور اس طرح پیغام کی ترسیل اور وصولیابی کا کام ہوتا ہے۔ اور طریقہ ادراک ماورائے حواس کی مشقوں کے بعد وقوع پذیر ہوتا ہے۔

اس نئے انداز میں سب سے پہلے اپنی توجہ کو ایک جگہ مرکوز کرنے کی اہلیت حاصل کرنی چاہیئے۔ جب آپ اس اہلیت اور صلاحیت کو حاصل کر گئے تب دوسرے کام بھی کر سکتے ہیں۔

اس میں ذہنی اور جسمانی توازن کو برقرار رکھنا نہایت ضروری ہے۔ مقصد یہ ہے کہ جسم اور ذہن متوازن ہو۔ یعنی ان میں ہمٹری قائم رہے۔

جہاں بیٹھ کر آپ مشق کریں وہ کمرہ یا جگہ پرسکون ہو اور آپ کو وہاں کسی قسم کا شور و غل نہ کرے۔ شور و غل میں آپ کامیاب نہیں ہو سکتے۔ آپ کا ماحول پرسکون اور خاموشی لیے ہو ویاں آپ

دور ہو جاتی ہے۔

پھر آپ اس طرح محسوس کرنے کے بعد دائیں پاؤں کی جانب نظر میں جمادیں۔ پھر اپنے اس پاؤں کو دھیرے دھیرے اوپر کی جانب بلند کریں۔ اور کچھ دیر تک اسی حالت میں رکھیں۔ پھر آپ یہ محسوس کریں کہ آپ کے ذہن میں یہ بات نہیں رہی اس کے بعد آپ پھر اسے اس طرح نیچے کی جانب لائیں کہ آپ کو محسوس ہو کہ یہ آپ کے جسم کا حصہ نہیں ہے۔

پھر اسی طرح اس عمل کو دوسرے پاؤں کے ساتھ کریں۔ اور اسے بھی نیچے گرا دیں۔ یہ عمل انتہائی آہستگی کے ساتھ اور غنودگی کی سی حالت میں ہونا چاہیے۔

پھر اس عمل کو ذہن کی سطح سے خارج کر دیں یعنی دونوں پاؤں کے بارے میں بھول جائیں۔ پھر اپنے باقی جسم کو نظروں میں لائیں۔ اور آہستہ آہستہ نظریں سینہ پر لا کر مرکوز کر دیں۔ پھر نظروں کو ماتحتوں کی جانب لے آئیں۔ پھر اپنا ایک بازو اٹھائیں پھر دوسرا بازو اٹھائیں۔ آپ اس طرح کا احساس کریں کہ ان بازوؤں سے آپ کے جسم کا کوئی تعلق نہیں ہے۔ یہ آپ کے جسم کا حصہ ہی نہیں ہیں۔ اس طرح آپ کی توجہ جسم سے آہستگی سے ختم ہو جائے گی۔ یہ ایک عارضی چیز ہوگی۔ جس کا احساس آپ کو ہوگا۔ یہ ایک ایسا عمل ہے کہ جو جسم میں تناؤ اور اعصابی تناؤ کو بالکل ختم کر دیتا ہے اور عضلات

کیسوفی اور طینان سے مشق کر سکتے ہیں۔ جس شخص کو آپ پیغام دینا چاہیں۔ مطلب یہ کہ آپ اس شخص پر اپنا ذہنی تجربہ کریں جسے آپ مناسب سمجھتے ہوں تب ہی آپ کو کامیابی حاصل ہو سکتی ہے۔

جسمانی امداد یعنی توازن کو برقرار رکھنے کے لیے سب سے بہترین طریقہ یہ ہے کہ آپ ایک پرسکون اور تنہا کمرے کی خاموشی میں جا کر عریاں حالت میں لیٹ جائیں اور اپنے اوپر ایک چادر اوڑھ لیں۔ اس طرح آپ کے اعصاب پرسکون ہوں گے اور ہر طرح آسانی محسوس کریں گے۔

اس طرح لیٹنے کے بعد ایک خواہش کریں۔ خواہش کرنے کے بعد آپ کو کیسوفی کا احساس ہوگا۔ اور جذبیوں کو تسکین ملے گی۔ اس کے علاوہ آپ کے جسم کی تسکین دور ہوگی اور اپنے آپ کو پرسکون محسوس کریں گے۔ آپ اپنے آپ کو ہر قسم کی الجھنوں سے چھڑا کر غنودگی کی سی حالت کو محسوس کرنے لگیں گے۔

پھر آپ کو اپنی قوت ارادی سے کام لینا ہوگا اور اپنے جسم کو مکمل طور پر ڈھیلا چھوڑنا ہوگا۔ اس حد تک کہ آپ کا عضو عضو بالکل نرم اور ڈھیلا ہو جائے۔ اس طرح آپ ایک گونہ طینان اور سکون محسوس کریں گے اور اعصاب مکمل کیسوفی محسوس کریں گے۔ جسم پرسکون ہو جائے گا۔ اس نئے انداز سے سارے جسم کی تسکین

اور دگ پٹھے مکمل طور پر ڈھیلے ہو جاتے ہیں جو سکون اور یکسوئی کا باعث بنتے ہیں۔ اتنا سکون اور آرام مناسب ہے کہ نیند آ جاتی ہے۔

اس طرح آپ کی شعوری ذہن کی توجہ آپ کے دماغ پر متمرکز ہو جائے گی اور دوسرے حصوں کا احساس آپ کے ذہن سے ہٹا رہے گا اور آپ ان باقی حصوں کو فراموش کر دیں گے اسی لیے آپ سکون کی نیند سوئیں گے۔

## ایک اور نیا طریقہ

(A NEW TREND)

اور ایک اور نیا طریقہ دماغ کی سکون پذیری کے لیے یہ ہے کہ آپ دھیرے دھیرے گہری گہری سانس لیں لیکن شروع کر دیں اور اس عمل کو مسلسل دہراتے جائیں اور سانسوں کا اخراج بھی اسی انداز میں دھیرے دھیرے ہی ہونا چاہیئے جس انداز سے آپ سانس لیں گے اسی انداز سے انھیں خارج کریں گے اس مشق کو تقریباً ۲ منٹ تک جاری رکھنا چاہیئے۔ اس طرح آپ جسمانی اور ذہنی آسودگی محسوس کریں گے اور آپ کو بے حد سکون اور راحت کا احساس ہوگا۔ اس طرح آپ کا ہر قسم کا جسمانی تناؤ ختم ہو جائے گا اور آپ پر سکون ہو جائیں گے۔ اس طرح آپ کو پرسکون نیند ملے گی۔

علاوہ ازیں جس کمرے میں آپ ٹیلی پیٹھی یعنی ادراک ماورائے حواس کی مشقیں کریں وہ کمرہ پرسکون اور خاموشی رکھنا ہو۔ اس کمرے میں آپ کامیاب مشقیں کرنے کا موجب بن سکتے ہیں مشقیں کرتے کے لیے جسمانی آسودگی اور یکسوئی کا ہونا نہایت ضروری ہے۔

## تیسرا نیا انداز بہت ہی اہمیت کا حامل ہے

تیسرا نیا انداز بہت ہی اہمیت کا حامل ہے اس انداز میں بچہ یکسوئی سکون اور تنہائی کی ضرورت ہے جب ہی آپ اپنی توجہ کو ایک جگہ مرکوز کرنے کا باعث بن سکتے ہیں۔ اگر تکانہ توجہ ٹیلی پیٹھی کے علم کو جاننے کے لیے نہایت اہمیت رکھتی ہے۔ اس کے بغیر آپ کوئی بھی کامیاب مشق نہیں کر سکتے۔ آپ کو اس کے لیے انتہائی اور محنت کی ضرورت ہوگی۔ اور آپ کو اسے ہر حالت اور ہر صورت میں حاصل کرنا ہوگا۔ جب آپ ان دونوں چیزوں کو حاصل کر لیں گے پھر آپ اپنی توجہ کو آسانی سے ایک جگہ مرکوز کر سکیں گے۔ اس طرح آپ اپنے مقاصد کو پانے میں کامیابی حاصل کر لیں گے اور یہ آپ کی ایک بہت بڑی کامیابی ہوگی۔

آپ کو اس عمل کو جاری کرنے سے پہلے مکمل اعتماد کی ضرورت ہے آپ کو پورا اعتماد اور یقین رکھنا ہوگا اور اپنا معمول اس نقص کو نبھانا ہوگا جس پر آپ مکمل بھروسہ کرتے ہوں۔ وہی شخص اس کام

کے لیے مزدوں ہوگا جس کے ساتھ آپ کو ذہنی لگاؤ ہوگا اسے ہی آپ پیغام کی ترسیل آسانی سے کر سکیں گے اگر آپ نے اپنے اس مقصد کے لیے غلط شخص کو منتخب کر لیا تو آپ کبھی کامیاب نہ ہوں گے اور ناکامی کا شکار بن کر رہ جائیں گے۔ عامل اور معمول میں ذہنی ہم آہنگی اور قریب ہونی چاہیے۔ اس طرح کامیابی زیادہ قریب ہو جاتی ہے اور آپ تجربوں کو کامیابی اور کامیابی سے کر کے آگے بڑھ سکتے ہیں۔

ایک اور صورت یہ ہے کہ عامل اور معمول ہر طرح تندرست، توانا، طاقتور اور صحت مند ہونا نہایت ضروری ہے اگر دونوں ہی بیمار قسم کے ہوں گے تو اپنے تجربات میں ناکام ہو جائیں گے کیونکہ بیمار ذہن پوری توانائی کے ساتھ کام نہ کر سکے گا۔ اور ناکامیاں مقدر بن کر رہ جائیں گی۔

اعصاب شکنی اور نہایت کی بہتات رکھنے والے شخص اس کام کو نہ کریں۔ ورنہ تکلیف اٹھائیں گے۔ وہ اور اک ماوٹے حواس کی مشقوں کو کسی حال میں جاری نہ کر سکیں گے اور مستقل بیمار بن کر موت کی آغوش میں چلے جائیں گے کیونکہ بیمار اور ذہنی مرعین اپنی توجہ کو کسی مال یا کسی صورت میں ایک جگہ مرکوز نہ کر سکے گا اور نقصان اٹھا کر اختلاف قلب کا مرعین بن جائے گا۔ اس لیے بیمار لوگوں کو ان مشقوں سے دور رہنا چاہیے اور ٹیلی پتھی کے علم کو کسی حال میں سیکھنے کی کوشش نہ کرنی چاہیے۔ وہ کسی حالت میں بھی عمل انہماک حاصل نہیں

کر سکتے۔ ٹیلی پتھی کے علم کو جاننے کے لیے صمت مند و ماخ کی ضرورت ہے۔ اس کے لیے تندرست، توانا اور طاقتور آدمی موزوں ہے۔ کمزور حضرات نہیں۔

## شع بین سے کس قسم کا استفادہ کیا جاتا ہے

شع بین سے کس قسم کا استفادہ کیا جاتا ہے وہ مندرجہ ذیل ہے ٹھہریے اور اپنا مقصد حاصل کیجیے۔

شع بین کرنے سے مراد ہے کہ آدمی اپنے اندر ازبکا نہ توجہ کی طاقت پیدا کریں۔ شع بین سے آدمی وہ طاقتیں حاصل کرنا چاہتا ہے جس سے یکسوئی اور توجہ کو ایک ہی جانب مستقل رکھا جاسکے۔ دراصل بنیادی مقصد یہ ہے کہ تحت الشعور کی سوئی ہوئی قوتوں کو جگایا جائے اور انھیں بیدار کر کے ان سے منادات حاصل کیے جائیں۔

اگر آپ انھیں سمجھ گئے تو آپ ان سے منادات حاصل کر سکتے ہیں ورنہ آپ ان سے کچھ بھی نہ حاصل کر پائیں گے اور آپ کے لیے یہ سعی لا حاصل ثابت ہوگی۔ اور اس طرح ناکامی آپ کا منہ چڑھے گی آپ ان کو اچھی طرح سمجھ کر آگے قدم بڑھائیں۔ اور منادات (لوہ کام کریں۔ شع بین اور ٹیلی پتھی الگ الگ چیزیں ہیں۔ اگر آپ شع بین کی مشق میں کامیاب ہو جائیں تو اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ آپ نے ٹیلی پتھی کا علم سیکھ لیا۔ یہ بات بالکل غلط ہے۔ شع بین، ٹیلی پتھی کے

علم کو جاننے کے لیے اس لیے کی ہائی ہے کہ آپ اپنے اعصابی تناؤ سکون، یکسوئی اور ارتکاز توجہ کے ہنر کو حاصل کر سکیں۔ شمع بینی دراصل شیلی پیتی کے علم کو جاننے کے لیے ایک بہترین ذریعہ ہے اس سے آپ ایک جگہ توجہ مرکوز کرنے کا فن جان سکتے ہیں اور اعصاب کو سکون دینے اور یکسوئی حاصل کرنے کا باعث بن سکتے ہیں۔ شمع بینی سے ایک منزل سے دوسری منزل تک پہنچنے کے لیے دوسرے راستے کا کام دیتا ہے اس کے ذریعے ایک ذہن دوسرے ذہن تک رسائی حاصل کرتا ہے اس سے اس قسم کا استفادہ کیا جاسکتا ہے۔

انسانی ذہن بہت سارے خلیوں اور غدودوں کا مرکب ہے اس میں اپنیول جلتے اور بجتے اور برقی لہریں پیدا ہوتی ہیں۔ اور دماغ کو روشن رکھتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ انسانی آنکھ دیکھ سکتی ہے ہر چیز کا عکس وہ لے سکتی ہے اور دور تک دیکھ سکتی ہے۔ جب کوئی بڑی چیز اس کے سامنے آجاتی ہے تو پھر اس کے پیچھے اسے کچھ دکھائی نہیں دیتا۔ کیونکہ نظریں صرف وہاں تک ہی عکس لے سکتی ہیں اسے حد نظر کہا جائے گا لیکن دماغ کی کوئی حد مقرر نہیں ہے۔

دماغ جو چاہے سوچ سکتا ہے اور تخلیق کر سکتا ہے اور ایک پیغام کو دوسرے ذہن تک بھیج سکتا ہے اس کے اندر اتنی قوت

ہے کہ ہر قسم کے پیغامات کی ترسیل کر سکتا ہے اور دوسرے ذہن کے پیغامات وصول بھی کر سکتا ہے۔ کوئی چیز اس کی راہ میں رکاوٹ پیدا نہیں کر سکتی۔ اس کی کوئی حد مقرر نہیں ہے یہ سب کچھ روایت کی بالیدگی سے ہوتا ہے اور اس کو علم ٹیلی پتھی (TELEPATHY) کہتے ہیں اسے صرف ارتکاز توجہ اور یکسوئی سے حاصل کیا جاسکتا ہے اطمینان اور سکون اس کے لیے نہایت ضروری ہے۔

### روحانی عکس کا نظر آنا

جب آپ شمع بینی کی مشق کو حاصل کر لیتے ہیں تو آپ کو دور دراز جگہ سے روحانی عکس نظر آنے لگتا ہے۔ ڈاکٹر ولیم کوہم یہاں کوٹ (COUTE) کہتے ہیں۔ وہ کہتا ہے کہ شمع بینی کی سطحوں کے بعد آدمی ارتکاز توجہ حاصل کر لیتا ہے۔ اس کے ترسیل تصورات کو تین درجہات دیے گئے۔

ایک درجہ یہ ہے کہ توجہ کو مرکوز کر کے خیالات کو دوسرے ذہن کی جانب بھیجا جائے۔

دوسرا طریقہ یہ ہے کہ عمل تنویم یعنی ہپنازم کے ذریعے اپنے خیالات کو دوسرے کی جانب منتقل کیا جائے۔

تیسرے طریقے سے جو کام لیا جاتا ہے وہ مراقبے میں پہنچ کر لیا جاتا ہے۔

جذب کی کیفیت میں جب روحانی طاقتیں آپ پر غالب آجائیں تو اس صورت میں بھی پینامات کی ترسیل ہو سکتی ہے اور مکمل پینامات جیسے اور وصول کیے جاسکتے ہیں۔

مکمل ترسیل خیالات کی چند خاصیتیں مندرجہ ذیل بیان کی جاتی ہیں :-

روحانی عکس کے دور سے نظر آنے کی قوت۔

چیزوں اور روونا ہونے والے واقعات کے مشاہدہ کو خصوصیت میں شامل کیا جاسکتا ہے۔

ایک یہ بھی خاصیت ہے کہ پینام ترسیل کیا جائے تو اس کا خیال عکس پینام وصول کرنے والے کو نظر آئے اور معمول، عامل سے صحیح اور درست طور پر رابطہ قائم کر سکے۔

عامل کو اگر اپنا جسم روحانی صورت میں نظر آنے لگے تو یہ بھی ایک خصوصیت ہے۔

یہ بھی ایک خصوصیت ہے کہ آپ کو محسوس ہو کہ آپ دوسروں کے جسموں پر قبضہ کیے ہوئے ہیں اس طرح آپ اپنی قوت کو زیادہ سے زیادہ محسوس کر سکتے ہیں۔ اس طرح آپ ایک اچھے عامل ہیں اور اپنے معمول کو آپ صحیح اور سننے انداز سے قابو میں کر سکتے ہیں اور اس سے ترسیل خیالات کا رابطہ رکھ سکتے ہیں۔

روحانی جسم کی فضا میں پرواز، یہ بھی ایک بہت بڑی خاصیت ہے۔

علاوہ ان میں یہ بھی ایک خاصیت ہے کہ روحانی جسم مادی چیزوں کے نیچے میں سے گزر جائے۔ ان میں سے گزرنے کے لیے ایک مقام اور راستہ بنالے۔

ایک اور ضرورت خاصیت یہ ہے کہ روحانی جسم انتہائی تیزی سے فضا میں تیرا ہوا آگے ہی آگے بڑھتا چلا جائے یعنی اس کی سفر کی رفتار فضا میں بے حد تیزی سے ہو۔

سائنسی تحقیق سے کچھ نتیجے اور نئے انداز سائنس آئے ہیں محقق جیفرسن کویم یہاں کوٹ (COUTE) کہتے ہیں۔ اس کا فرمان ہے کہ جب اپنے نظریات اور خیالات کو دوسرے ذہن کی جانب منتقل کریں تو اس سے پیشتر چیزوں اور روونا ہونے والے واقعات کا گہری نظروں سے مشاہدہ کر لیں مگر یہ طریقہ اتنا زیادہ مضبوط و توانا نہیں ہے مگر پھر بھی اس سے کچھ مقابلہ کر سکتا ہے۔

ترسیل خیالات کا ایک مخصوص طریقہ ہے کہ عامل جانتا ہے کہ معمول یا دوسرے روحانی علم جانتے والے اسے عکسی انداز میں دیکھ رہے ہیں مگر وہ ان سے جوابی رابطے کا تعلق پیدا کر لیتا ہے۔

دوسرے طرائق ترسیل تصورات کا ایک بہترین طریقہ ہے اس انداز اور طریقے سے بہتر طور پر ترسیل خیالات ہو سکتی ہے۔ دوسری خصوصیات سے یہ خاصیت بہت بہتر ہے۔

کچھ اشخاص ایسے بھی ہیں جو چاہتے ہیں کہ وہ علم ٹیلی پیٹھی کو محض

تفریح کے طور پر نہ دیکھنا شروع کر دیں۔ تو یہ ان کی حماقت ہے۔  
اور اک ماورائے حواس کو حاصل کرنا ایک تفریحی مشغلہ نہیں ہے۔ یہ  
ایک جان جوکھوں کا کام ہے۔ اگر آپ اس علم کو حاصل کرنے میں  
ذرا بھی جھوک ہوگی تو آپ پانچ بن سکتے ہیں مستقل خط آپ کے  
حواس پر چھا سکتا ہے اور آپ کو دیوانگی کی کیفیت بخش سکتا ہے  
اور آپ جنونی اور مغذو بن سکتے ہیں۔

اس لیے اسے تفریح نہ بھننا چاہیئے۔ یہ ایک زبردست سائنسی  
علم ہے اسے حاصل کرنے کے لیے زبردست قوتوں، توانائیوں اور  
حوصلے کی ضرورت ہے۔ اسے جنت اور ولری کے بغیر نہیں سیکھا  
جاسکتا۔ بے شمار لوگ اس علم کو سیکھنے کی کوشش کرتے ہیں مگر راستے  
میں ہی بٹلک کر رہ جاتے ہیں۔ اور بے کار انداز میں اوپر اوپر ہاتھ پاؤں  
مارتے ہوئے زندگی گزار دیتے ہیں۔ مگر حاصل کچھ بھی نہیں کر پاتے۔ اور  
اپنی زندگی کو ہمیشہ کے لیے ریاد کرنے کا موجب بن جاتے ہیں۔

**ٹیلی پیتھی کو ایک مخصوص علم اور اعلیٰ فن سمجھنا ضروری ہے**

ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) کو ایک مخصوص علم اور اعلیٰ فن  
سمجھنا ضروری ہے۔ تب ہی اسے پوری غنمت، لگن، اور مکمل توجہ اور  
تنگ دود کے ساتھ حاصل کیا جاسکتا ہے اور بڑے حوصلے، یکسوئی،  
اور پرسکون ماحول میں اس کی مشقیں کر کے اس سے استفادہ کیا جا

سکتا ہے اور اس علم میں دسترس حاصل کی جاسکتی ہے۔ علم تو جی  
سے آپ بیاد تو ہو سکتے ہیں لیکن اس علم کو نہیں سیکھ سکتے۔ اس  
فن کو سیکھنے کے لیے خوف و درشت نام کی چیز کو دل میں جگہ  
نہ دیں۔ بالکل نظریں نہ کر آپ اس علم کی مشقیں جاری کریں۔ کامیابی  
اور کامرانی آپ کے قدم چومے گی۔

## انتقالِ افکار

کائنات میں لطیف مائے کی طاقتور لہریں ہر لمحے موجود ہیں انہیں  
ایتھر کا نام دیا گیا ہے۔ یہ تین اقسام کی ہوتی ہیں۔  
پہلی قسم کو کیمیائی ایتھر کہا جاتا ہے اس کا رنگ گرین یعنی سبز  
ہوتا ہے۔

تیسری قسم کو لائف ایتھر کا نام دیا گیا ہے اس کی رنگت آسانی  
ہوتی ہے۔ یہ روحانیت کا سمبل (SIMBEL) ہے اور اس میں  
اسراریت موجود ہے۔

دوسری قسم کو لائیٹ ایتھر کہتے ہیں اس کی رنگت نارنجی ہوتی  
ہے اسے نورانی ایتھر کے نام سے تشبیہ دی گئی ہے۔ کسی وقت نورانی  
ایتھر کا رنگ سنہری بھی نظر آئے لگتا ہے۔ ایتھر کو سائنس دان فیلڈ  
آف فورس (ATHER FIELD OF FORCE) کے نام  
سے پکارتے ہیں۔



نورانی پیکر کو ہمزاد بھی کہتے ہیں اور اسے صرف وہ لوگ دیکھتے ہیں جو غیب وانی کے بارے میں کچھ علم رکھتے ہیں۔ نورانی پیکر کی جھلک نظر آتی ہے۔ روحیت کے ذریعے میں یہ آتا ہے۔ اور بڑھتا چلا جاتا ہے۔ روحانیت کے علم کو سمجھنے والے اس کو دیکھتے ہیں پیکر نورانی کو انگلش میں (ASTRAL PROJECTION) اسٹرویل پروجیکشن کہا جاتا ہے۔

مٹی وال کہتا ہے کہ جب ہمارا شعور معطل ہو جائے تو پیکر نورانی ہمارے جسم سے الگ ہو جاتا ہے اور یہ دنیا کے عجبوں کی سیر کے لیے نکل کھڑا ہوتا ہے۔ اس کا معمولی سا رابطہ اور تعلق جسم سے ہوتا ہے اس لیے اسے شعور کی طاقت دیکھ لیتی ہے اس کے ادھر ادھر گھومنے کا نظارہ نظر آ جاتا ہے۔ اس کا منظر صرف غیب دان ہی دیکھ سکتے ہیں۔ کچھ سائنس دانوں اور ماہر حضرات نے اسے ہمزاد کا نام بھی دیا ہے۔

جو حضرات ٹیلی پیتھی کی مشقیں کر رہے ہوں ان کے لیے لازم ہے کہ پیکر نورانی کی قوتوں کو اپنے جسم میں شامل کر لیں اس کے لیے پرنٹ پاؤر کی ضرورت ہے۔ یہ طاقت شیخ بیٹی کے کہے حاصل کی جاسکتی ہے۔ اس سے اشتغال افکار ہوتا ہے۔ (ASTRAL PROJECTION) اسٹرویل پروجیکشن سے سرسبز پاؤر ملتی ہے۔ اگر آپ اسٹرویل پروجیکشن کریں گے تو بیچ میں پیکر کاوٹ بن سکتا ہے اور آپ اپنے افکار کو

دوسرے ذہن کو منتقل کر سکیں گے اس لیے آپ کے اندر سپر پرنٹ پاؤر کا ہونا ضروری ہے۔ اگر آپ نورانی پیکر کی شعاعی جھلک دیکھنے کے خواہش مند ہیں تو آپ ایسا کریں کہ اپنا ایک ہاتھ فیلڈ سے نکلنے والی الیکٹرو ایکٹ ریو (ELECTROWILT RASE) پر رکھیں تو اس کے ساتھ آپ کے جسم کے زوس ڈسچارج (NERECE) (DISCHARGE) یا اس سے خارج ہونے والی طاقت کا عکس دکھائی دے گا۔ اس طرح آپ نورانی پیکر کی کچھ شعاعوں کا نظارہ کر سکتے ہیں۔ روحانیت کے ماہر تو اس کا نظارہ کرتے ہی رہتے ہیں۔ روحانیت کے ماہر عجائب عالم کے اور بھی کئی قسم کے نظارے کرتے رہتے ہیں۔ علم اور ادراک ماورائے حواس جب حاصل ہو جائے تو اس قسم کے مناظر دکھاسکتا ہے۔

## نئی صلاحیت اور قوت

ٹیلی پیتھی کی مشقوں سے ایک نئی صلاحیت اور قوت انسانی جسم میں پیدا ہوتی ہے۔ اس کا ابھار عجیب قسم کی توانائیاں بخشتا ہے اور اس پر خیالات اور تصورات کی مابیت کا ادراک ہوتا ہے۔ جسے مجھنا بے حد ضروری ہے اور خیالات کی مابیت سے آگاہ ہونا ٹیلی پیتھی یعنی ادراک ماورائے حواس کے ذریعے میں آتا ہے اگر آپ کو خیالات کی مابیت کا مکمل پتہ چل جائے تو آپ آسانی سے

اپنے افکار اور تصورات کو اپنے مطلوبہ ذہن تک رسائی پذیر کر سکتے ہیں اور دوسرا ذہن آپ کے پنیامات کو آسانی سے قبول کر سکتا ہے۔ یہ سب کچھ ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) کے نئے انداز (NEW - TRENDS) کے نعرے میں آتا ہے۔

آدمی کے ذہن میں پیدا ہونے والے خیالات بھی دوقسمیں رکھتے ہیں ایک وہ ہیں جو آگے بڑھ کر محسوس حقیقت کی صورت اختیار کر لیتے ہیں اور دوسری قسم کا تعلق ان خیالات سے ہے جو کسی بھی وقت یا کسی بھی مرحلے محسوس حقیقت کی حیثیت نہیں پاسکتے۔ وہ حقیقت سے ہمیشہ دور ہوتے ہیں۔

اصل بات یہ ہے کہ جن خیالات کو کامیابی سے اخذ کیا جاتا ہے وہ کبھی غصے کی صورت اختیار نہیں کر سکتے۔ اور نہ کسی تصویر کا روپ دھار سکتے ہیں۔ اس قسم کے خیالات کو ہی دوسرے ذہن کی جانب منتقل کیا جاسکتا ہے اور کسی قسم کے خیالات کا انتقال کسی دوسرے ذہن کو کسی صورت میں نہیں ہو سکتا۔

کوئی بھی خیال ہو وہ روشنی اور آواز کی طرح کا ہوتا ہے اس کی ساخت ہی کچھ اس قسم کی ہے اسے آسانی سے دوسری جانب منتقل کیا جاسکتا ہے۔

جس طرح ریڈیو کی آواز کو پھیلا یا جاسکتا ہے اور روشنی اور آواز کی طرح دوسری جانب بھیجا جاتا ہے اسی طرح خیالات کی لہروں کو

دوسرے ذہن تک بھیجا جاتا ہے۔ بس ٹیلی ویژن کی لہروں کی طرح ہی سمجھ لیجئے۔ جس طرح اس کی لہروں سے ایک تصویر بنتی ہے بعینہ اسی طرح خیالات کی روشنی کو دوسرے ذہن تک منتقل کیا جاسکتا ہے۔

ہم خیالات کو اسی طرح محسوس کر سکتے ہیں کہ اگر اپنے احساسات میں شدت اور تیزی پیدا کر لیں اور انہیں مضبوط ترین بنالیں۔ بعض اس قسم کی صلاحیت و قوت نہیں پاسکتا۔ یہ وہی لوگ کر سکتے ہیں جو مضبوط دل کے مالک ہوتے ہیں اور نڈر اور دلیر قوتیں اپنے اندر رکھتے ہیں۔ یہ بڑی ہی محنت، مشقت اور جدوجہد کا کام ہے اسے ہر کوئی نہیں کر سکتا۔ اکثر لوگ دل چھوڑتے ہیں اور راہ ہی میں جھٹک کر رہ جاتے ہیں اس کے لیے زبردست توانائیوں اور قوتوں کی ضرورت ہے۔ ٹیلی پیتھی کا علم حاصل کرنا، جان کی بازی لگانے کے مترادف ہے۔

آنے والے واقعات کو جانا جاسکتا ہے

جب کوئی شخص ٹیلی پیتھی کے علم کو مکمل طور پر سیکھ جائے تو وہ آنے والے واقعات کے بارے میں بابتکاری حاصل کر سکتا ہے۔ اور یہ ایک بہت بڑی مادی قوت ہے جو اسے حاصل ہو جاتی ہے۔ آدمی بغیر ٹیلیفون کے یا کسی قسم کی مادی طاقت کے بغیر اور

بغیر کسی آلے کی مدد کے لئے واقعات کو معلوم کر سکتا ہے۔  
اسے دوسری جانب سے خیالات کی لہریں وصول ہو سکتی ہیں اور وہ  
اپنے خیالات کی لہروں کو دوسری جانب منتقل کر سکتا ہے۔ مطلوبہ ذہن  
ان لہروں کو محسوس کر کے اس کے افکار اور خیالات سے آگاہی حاصل  
کر سکتا ہے اور مستقبل میں ظاہر ہونے والے واقعات کو جان سکتا  
ہے۔ لیکن یہ بہت ہی جان چکھوں کا کام ہے۔

سچ پر چھپے تو ابھی تک ماہرین بھی صحیح معنوں میں یہ نہیں معلوم  
کر پائے کہ علم ٹیلی پیتھی کو جاننے کے لیے کوئی بہتر صورت اختیار  
کی جائے جس سے جلدی ٹیلی پیتھی کا علم حاصل ہو سکے۔ کونسا ایسا  
ذریعہ ہے جس سے اس علم کو فعال بنا کر کچھ آسانی کے ساتھ دوسروں  
تک پہنچایا جاسکے اور اسے ایک باضابطہ قاعدے کی صورت میں  
پرکھا جاسکے۔ اور استعمال کیا جاسکے جس سے کچھ آسانیاں پیدا  
ہوں اور زیادہ سے زیادہ اس علم کو حاصل کیا جاسکے۔ فی الحال تو  
اس علم اور اس کا ماورائے حواس کو جاننا بہت ہی کمٹن منازل کو طے  
کرنا ہے۔

ایک بات اس وقت ضروری ہے کہ ٹیلی پیتھی کی سلسل کا مایاب  
محققین کرنے کے بعد ایک شخص نئی صلاحیتیں اور قوتیں ضرور حاصل کر لیتا  
ہے اور ان کے ذریعے پہلے کی ہی رفتار کے ساتھ اپنے خیالات کو دوسرے  
ذہن کی جانب بھیج سکتا ہے اور یہ ایک بہت بڑی کامیابی ہے۔

پہلی کی رفتار ایک لاکھ چھاسی ہزار میل فی سیکنڈ ہے اور خیالات کی  
روشنی کی لہریں اس رفتار سے بھی کہیں زیادہ رفتار رکھتی ہیں۔ وہ  
اس سے کہیں زیادہ تیزی کے مطابق دوڑ رہی ہوتی ہیں۔ یہ کتنی زبردست  
قوت نامی اور قوت ہے جو آدمی ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) کے ذریعے  
حاصل کر لیتا ہے۔ اس کی مسلسل مشقیں، توجہ اور محنت آدمی کو  
نئی صلاحیتوں اور قوتوں سے مدد شناس کر دیتی ہے اور اس پر  
عجائبات عالم کے باب کھل جاتے ہیں۔

ایک ذہن دوسرے ذہن کو لاکھوں میل کے فاصلے سے بھی  
تصوراتی پیغامات بھیج سکتا ہے اس سے بھی زیادہ فاصلہ ہو،  
تب بھی ان کے درمیان خیالات و افکار کی ترسیل ہو سکتی ہے۔  
اور یہ ناممکن بات نہیں ہے ایسا ہوتا ہے اور ہوتا ہے گا۔ یہ  
قوت نامیوں اور قوتوں کا معاملہ ہے۔ پیتھی زیادہ تیز صلاحیتیں اور  
زبردست روحانی قوتیں ہوں گی اتنی ہی جلدی اسے پیغام کی ترسیل  
میں آسانی ہوگی اور وہ بہتر طور پر خیالات کے ذریعے پیغامات  
دوسرے ذہن کو بھیج سکے گا۔ اور برق کی رفتار سے بھی کہیں  
زیادہ تیزی کے ساتھ یہ پیغامات ترسیل ہوں گے اور ان کی وصولی  
ہوگی۔ یہی ٹیلی پیتھی ہے۔ اسے ہی اور اس کا ماورائے حواس کی قوتیں  
کہا جاتا ہے۔ جب آدمی ان پر دسترس حاصل کر لیتا ہے تو خیالات کی  
ترسیل اس کے لیے مولی بات بن کر رہ جاتی ہے۔

## خیال اور شعور پر اختیار

.. خیال اور شعور پر اختیار حاصل کر لینا ہی ٹیلی پتھی (TELEPATHY) ہے۔ اسے ہم عام طور پر ایک ماورائے حواس کے نام سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ یہ وہ قوت ہے جو روحانیت کی دنیا میں ایک خاص اہمیت رکھتی ہے۔ اور اس کے ذریعے مستقبل بینی کی جا سکتی ہے اور آسانی سے دوسرے ذہن کو اپنے افکار سے آگاہی دی جا سکتی ہے۔

انتقال افکار کا ہنر اور خیالات کی تسخیر اور اعصاب کو مسخر کرنے کا فن ٹیلی پتھی کی کامیابیات مشقوں کے بعد حاصل کیا جا سکتا ہے اور کسی دوسری حالت یا کسی دوسرے ذریعے سے اس فن کو حاصل نہیں کیا جا سکتا۔ اور اس فن کو حاصل کرنے کے لیے لازمی ہے کہ پوری یکسوئی، سکون، اطمینان اور مکمل ارتکاز توجہ حاصل ہو۔ اور ایک تنہا کمرہ جو چھال اور کوئی نہ ہو۔ ایسے ہی پراسرار خاموش کمرے میں مشقیں کر کے اس فن کو حاصل کیا جا سکتا ہے۔ اور ترسیل خیالات کی کامیاب مشقیں سرانجام دی جا سکتی ہیں۔ یکسوئی اور مکمل توجہ کے بغیر آپ خیال اور شعور پر اختیار حاصل نہیں کر سکتے۔ خیالات کی پیٹری پر قابو پانا اور انھیں ایک جگہ جمع کرنا ہی اصل کام ہے۔ خیال اور شعور دونوں ایک ہی چیز ہیں۔

## نامکمل خیالات تسخیر سے پیدا ہونے والے

### نقصانات

نامکمل خیالات تسخیر سے پیدا ہونے والے نقصانات آدمی کو ناکارہ بنا دیتے ہیں وہ کسی کام کا نہیں رہتا اس لیے ادھوری مشقوں سے بچنا چاہیے۔ اگر غلط مشق کی جائے تو کسی قسم کی بیماریاں آدمی کو لاحق ہو سکتی ہیں اور وہ کافی نقصانات اٹھا سکتا ہے اور غلط مشق کرنے کے اثرات بے حد بفر ہو سکتے ہیں اور انسان اعصابی اختلال و ناروغ کی خرابی اور جسمانی بیماریاں لے سکتا ہے۔

انسان دماغی دورے کے تحت مختلف قسم کے وحش کا شکار بن سکتا ہے۔ اگر وہ ہم سے بچتا ہے تو اس کی جانب بالکل توجہ نہ دیں۔ اسے ذہن میں کسی بھی وقت نہ لائیں۔ دوسرے کاموں میں اپنے آپ کو مصروف کر لیں۔ اپنے دماغ کو سوچنے کا وقت نہ دیں۔ اسی صورت میں آپ وہ ہم سے بھگت پاسکتے ہیں۔ اگر کوئی شخص اس کے علاج کی طرف دھیان نہ دے گا تو کچھ عرصے بعد وہ دماغی مرہون بن کر خطہ کے مریض اور اعصابی اختلال میں گھر سکتا ہے اور اختلاج قلب کا مریض بھی بن سکتا ہے۔ اس لیے اس کے علاج کی جانب توجہ دینی چاہیے۔ سب سے بہتر علاج مصروفیت ہے۔ اگر آدمی

معروف ہو جائے تو آہستہ آہستہ وہم کی بیماری دور ہو جاتی ہے۔

## منتشر خیالات

غلط مشق کرنے سے آدمی منتشر خیالات کا مریض بن سکتا ہے عجیب و غریب سوچیں اس کے دماغ کو پریشان کر سکتی ہیں اور وہ دائمی تکلیف میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ اور اس کا ذہن انتشار کی کیفیت میں آ سکتا ہے۔ یہ مرض اپنے آپ ہی جنم لیتا ہے اور بڑھتا چلا جاتا ہے۔ اس مرض کا علاج بھی معرفت ہے۔ اپنے آپ کو اس قدر مصروف کر لو کہ خیالات منتشر ہو ہی نہ سکیں۔ پھر یہ مرض خود بخود ہی جاتا ہے گا۔

ورنہ آپ ہمیشہ منتشر خیالات کا مرکز بنے رہیں گے۔ اس طرح آپ کا دماغی توازن بگڑ سکتا ہے۔ بھڑی قائم نہیں رہ سکتی۔ اگر آپ اس کے علاج کی جانب توجہ نہ دیں گے تو آپ کو عجیب و غریب قسم کے خیالات تنگ کریں گے اور آپ گڑ بڑا کر رہ جائیں گے۔ اور گھبرا کر ادھر ادھر گھومیں گے۔

اس لیے بہتر یہی ہے کہ اپنے آپ کو مکمل طور پر یکسوئی دیں اور سکون والہ خیالات کے ساتھ اپنے آپ کو مصروف رکھیں اس صورت میں آپ اس مرض سے نجات پا سکتے ہیں۔ اگر ایک وقت میں دوسری چیزوں کی جانب متوجہ ہوں گے تو کسی صورت میں منتشر

خیالات کو دور نہیں کر سکتے۔ اور خیالات کی انتشاری ایک بہت ہی خوفناک مرض ہے۔ اس سے بچنا ہی دوبارہ تندرستی کو حاصل کرتا ہے۔

کبھی کبھی انتقال افکار کی مشقیں آدمی کو مرین بھی بنا دیتی ہیں۔ کوئی بیماری لگ سکتی ہے۔ اور اس بیماری کا علاج بڑ مشکل ہو جاتا ہے۔ آسانی سے وہ مرض نہیں جاتا ہے۔

بہر حال مشقوں کے درمیان مکمل احتیاط اور کیسوئی کی ضرورت ہے۔ اگر آپ کے ذہن میں شعوری دباؤ بڑھ جائے تو جسم خون کی کمی کا شکار بن جاتا ہے اور خون کی کمی سے ریتان کی بیماری لگ سکتی ہے کینسر (CANCER) بھی ہو سکتا ہے۔ اس لیے شعوری دباؤ سے بچنا ضروری ہے اور اپنے اندر اتنی زبردست توانائی اور قوت پیدا کرنی ہے کہ آپ کسی سخت مرحلے پر بھی شعوری دباؤ کا شکار نہ ہو سکیں۔

اگر مشقوں کے درمیان کوئی مرض لگ جائے تو اس کا علاج باقاعدہ کسی مستند حکیم یا کسی قابل ڈاکٹر سے کریں۔ اگر آپ کا علاج صحیح چلنے پر نہ ہو تو جو جسم سوکھ کر کائنات بن سکتا ہے۔ پھینچ پڑے اور جگر خواب ہو سکتا ہے۔ اور معدے کا فعل بگڑ کر طرح طرح کی بیماریاں لگا سکتا ہے اس لیے بیماری کا علاج فوراً کرنا چاہیے تاکہ آپ مقہمند اور توانا رہ سکیں۔

## اچھائی اور بُرائی کا پہلو

اچھائی اور بُرائی کا پہلو ہر عنصر اور ہر چیز میں ہوتا ہے۔ جو چیز اچھی ہے وہ کسی وقت بُری بھی بن سکتی ہے۔ اگر آپ کو ٹیلی ویژن کے ذریعے مفادات ہو سکتے ہیں تو آپ غلط مشقوں کے ذریعے مفادات بھی لے سکتے ہیں۔ اور پریشانی میں مبتلا ہو سکتے ہیں یا آپ کو طرح طرح کی بیماریاں گھیر سکتی ہیں۔

مستقبل بینی کی صلاحیت کو حاصل کرنا یا اس کی اہلیت پانا آدمی کے لیے بُری ہے یا اچھی ہے۔ اگر یہ محض بری چیز ہے تو اسے حاصل کرنے کے لیے سرگرداں کیوں ہیں۔ صاف ظاہر ہے کہ اس علم کو حاصل کرنا بہتر چیز ہے۔ یہ فائدہ مند بھی ہے اور نقصانات بھی جے سکتا ہے۔

ٹیلی ویژن علم کی باطنی کارکردگی بہت بہتر ہے اور اس علم کو حاصل کرنے کے بعد آدمی اپنی باطنی آنکھ سے وہ کچھ دیکھ لیتا ہے اور دیکھ سکتا ہے جو دوسرا آدمی نہیں دیکھ سکتا۔ اس لحاظ سے یہ اسے اچھا ثابت کرنے کے لیے ایک بہترین اور بامقصد ذیل ہے یہ دراصل باطنی احساس کی کاوش ہے جسے آدمی جاری رکھ کر علم ٹیلی ویژن حاصل کرتا ہے اور باطنی قوتوں اور توانائیوں کو بہتر بنا کر اپنے اندر نئے انداز، نئی صلاحیتیں اور اہلیت پیدا کرتا ہے۔

ان قوتوں کو پانے کے لیے کتنے ہی لوگ اپنی جانیں قربان کر چکے ہیں اور کتنے سائنس دان اور محقق بیمار ہو کر اپنی جان اللہ کے سپرد کر چکے ہیں۔ تسخیر کائنات ایک زبردست علم ہے، انسانی کوشش اسے پانا چاہتی ہے۔ اسی لیے کتنے ہی لوگ اپنی جانوں کا نذرانہ پیش کر چکے ہیں۔ اور نہ جاننا بھی اور کتنی جانیں ضائع ہو چکی۔

بہر حال آدمی اپنی کوشش میں مصروف ہے اور اپنے تجسس کی وجہ سے آدمی اس کوشش میں ہمیشہ مصروف رہے گا۔ خواہ وہ اس کوشش پر قربان ہو جائے۔ جس طرح آدمی نے مادی فائدے حاصل کر لیے ہیں اسی طرح انسان روحانی اور اورائی مفادات بھی حاصل کرنا چاہتا ہے۔ اسی لیے وہ ٹیلی ویژن کے علم کو جاننے کی کوشش کرتا ہے اور دن رات اس کوشش میں جُٹا ہوا ہے اور اپنی توانائیوں اور طاقتوں کو تیزی سے استعمال کر رہا ہے۔

## مادی ترقی

انسان نے بڑی محنت و مشقت، جدوجہد اور زبردستی کاوشوں سے مادی ترقی حاصل کی ہے۔ اور ساری قوتوں کو قربان کر کے اپنے تابع بنالیا ہے۔ کائنات کی مادی قوتوں کو تسخیر کر کے انھیں انسان نے تابع بنایا اور مادی ترقی پانے کے بعد ہی نوع انسان کو مفادات ہوئے۔ ان مفادات کو حاصل کرنے کے سلسلے میں کتنی جانیں قربان

ہوئیں تب باکر انسان نے مادی ترقی حاصل کی۔ اور پھر اس کی نظر روحانی قوتوں کی جانب مبذول ہوئی ہے۔ اس کے لیے بھی بے شمار لوگ دن رات کوشاں ہیں اور اپنی مبدو جہد اور پیہم عمل سے جاری رکھے ہوئے ہیں۔

انسان نے مادی تجربات کر کے بیشمار فوائد حاصل کیے۔ اب روحانی مفادات حاصل کرنے میں کوشاں ہے۔ گولاکھوں سال سے آدمی روحانی ترقی حاصل کرنے کے لیے کوشاں ہے مگر کئی جانوں کو قربان کرنے کے بعد انسان ابھی تک مادی ترقی حاصل نہیں کر پایا ہے۔ جو وہ چاہتا ہے اصل میں بات یہ ہے کہ آدمی کے لیے روحانی علم حاصل کرنا بہت بڑا مسئلہ ہے۔ اس کے لیے زبردست محنت، عزم اور التفات کی ضرورت ہے۔ جب وہ آہنی چٹان بن کر آگے بڑھے گا تو اسے پالے گا۔

## آہنی عزم

آہنی عزم رکھنے والے انسان روحانی ترقی پاسکیں اور ان کوششوں سے انھوں نے بنی نوع انسان کو فیض یاب کیا ہے اور اب بھی وہ ایسا ہی کر رہے ہیں لیکن یہ معدودے چند اشخاص ہیں۔ بہر حال یہ کوشش جاری ہے اور اس سلسلے کی ایک بڑی علم ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) بھی ہے جسے حاصل کرنے کی تک دو

میں لاکھوں انسان معروف پیکار ہیں اور قربانیاں دے رہے ہیں۔ یہاں یہاں خرید رہے ہیں لیکن پھر بھی محنت نہیں ہار تے اور اپنی مبدو جہد اور کوششوں کو جاری رکھے ہوئے ہیں۔

## ٹیلی پیتھی غیر مادی قوت کو کہا جاتا ہے

ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) غیر مادی قوت کو کہا جاتا ہے اور اس غیر مادی طاقت کو پالنے کے لیے کتنے ہی لوگ دیوانے ہو گئے اور کتنے ہی خودکشی کر گئے اور کتنے ہی جہادوں میں شہداء کر گئے اور کئی لوگوں نے ہمیشہ کے لیے ذہنی خط کو اپنا لیا۔ اور آخر میں سب علانِ وحی کی وجہ سے وہ بھی وفات پا گئے۔ غرضیکہ اس علم کے لیے کتنے ہی لوگ جاں بحق ہو گئے۔

ٹیلی پیتھی ایک ایسا علم ہے جسے زبردست طاقتوں اور توانائی کے ساتھ ہی حاصل کیا جاسکتا ہے۔ کمزور آدمی اگر اس جانب توجہ نہیں دے گا تو زیادہ بہتر ہے۔ یہ علم توانائیاں اور قوت مانگتا ہے۔ مکمل یکسوئی، سکون، تنہائی اور اطمینان مانگتا ہے۔ اسے حاصل کرنے کے لیے بڑے جہاد کی ضرورت ہے۔ اس کی مشقیں بڑی سخت ہوتی ہیں۔ زبردست قوت برداشت ہی ان مشقوں کو کامیابی سے بہکا کر سکتی ہے۔ دردِ آدمی راسخ ہی میں جھٹک کر دھاک ہے۔ بڑے بڑے عالموں نے اس علم کو حاصل کرنے کے لیے جہادیں



دی ہیں۔ مگر جو راستے انھوں نے پیچھے چھوڑے ہیں انھیں اپنا کر آج کا انسان اس طرف بڑھ رہا ہے اور ٹیلی مینٹری کے علم کو حاصل کرنے میں مصروف ہے۔ جن لوگوں نے اس علم کے لیے اپنی جانیں گھونٹی ہیں وہ بیکار نہیں گئیں۔ انھوں نے جو راستے جیے ہیں ان پر پوری محنت اور لگن سے سفر کر کے آدمی ٹیلی مینٹری کے علم کو حاصل کر سکتا ہے۔ لیکن اس کے لیے مکمل یقین، زبردست قوت ارادی اور قوت برداشت اور مکمل توانائیوں کا ہونا ضروری ہے۔

اس کے لیے اپنے آپ کو پاک و صاف بنانا بھی ضروری ہے خیالات کے انتشار سے بچنا ہے۔ مکمل یکسوئی حاصل کرنا ہے اور تنہائیوں میں اس کی مشقوں کو کرنا ہے۔ (اسکا زکوہ سے کام لینا ہے ایک جگہ ایک نقطہ پر اپنے خیالات کو مرکوز کر کے آگے بڑھنا ہے۔ اپنی روحانی قوت میں اضافہ کرنا ہے۔)

کوئی غلط کام نہیں کرنا ہے۔ ایٹا، مچھلی اور مرغ کے گوشت کا استعمال بہت ہی کم کرنا ہے۔ معتدل خوراک کھانی ہے گرم اشیاء سے اس لیے بچنا ہے کہ آپ کو شہوانی جذبے تنگ نہ کریں اور آپ پاکیزگی سے ہٹ جائیں۔ مقدس جذبات کو اپنے دل میں جگہ دینا ہے۔ بے راہ روی سے بچنا ہے۔

ان راستوں کی جانب بڑھنا ہے جہاں پہنچ کر آپ اپنی توانائیوں کو غلط کاموں میں نہ خرچ کر سکیں اور غلط جذبوں کے غلام بن کر برے

کاموں کی جانب راغب نہ ہو سکیں۔ غیر مادی قوتوں کو تسخیر کرنا ایک مشکل امر ہے مگر انسان عزم، ہمت، جوش، استقلال سے کام لے تو اس کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔

آپ کو لازم ہے کہ روشنی پہلو کی جانب اپنی توجہ منتقل کریں۔ برے اور تاریک پہلوؤں سے دور بھاگیں۔ پاییزہ جذبوں کے تحت رہ کر ہی آپ کائنات کی غیر مادی قوتوں کو تسخیر کر سکتے ہیں اور ان کو حاصل کر کے خود بھی مفادات حاصل کر سکتے ہیں اور دوسرے لوگوں کو بھی فوائد عطا کر سکتے ہیں

## انسان میں مقناطیسی قوتیں موجود ہیں

سائنس دانوں کا نظریہ ہے کہ انسان میں مقناطیسی قوتیں موجود ہیں بلکہ سائنس یہی کہتا ہے۔ اس سلسلے میں ہم یہاں نیوٹن کو (NEWTON) کوٹ (QUOTE) کرنا ضروری سمجھتے ہیں اس کا فرمان ہے کہ اگر انسان کا اندر موجود مقناطیسی قوت کو جگا لیا جائے تو فوجی اور جسمانی جم آہنگی ضرور ہوگی۔

انسانی دماغ کے پائنیل (PINEAL) گلینڈ (GLAND) کا ٹک لاشعور سے ملتا ہے۔ اسی تعلق کی بنا پر لاشعور احساسات اور حسیات کو شدت سے محسوس کرتا ہے۔ اسی کو باطنی آنکھ کا نام دیا گیا ہے اور یہ باطنی آنکھ سب کچھ دیکھتی ہے اور مستقبل بینی کر

سکتی ہے مستقبل کے بارے میں اس آنکھ سے دیکھ کر پیش گوئی کی جاسکتی ہے۔ یہ غدد و باطنی قوتوں کو جلا بخشتا ہے۔ شمع بینی کا تعلق اسی سے ہے کہ شمع بینی لاشعور کی قوتوں کو بیدار کرتی ہے۔ یہ ایک بہت جدید اور بالکل نیا انداز ہے۔ شمع بینی کا مقصد بھی یہی ہے کہ پائینل گلینڈ (PINEAL GLAND) کی طاقت کو مزید طاقتیں عطا کی جائیں۔ اسی طرح لاشعور مکمل قوتوں کے ساتھ کام کرتا ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ غریب بدو جس طرح سورج کی شعاعوں کو ایک جگہ جمع کر کے آگ لگانے کا موجب بنتا ہے اسی طرح پائینل گلینڈ (PINEAL GLAND) انتشار پذیر خیالات کو ایک مرکز پر لے آتا ہے اور اس کا توجہ (CONCENTRATION) ایک جی جگہ ہو جاتی ہے۔ اور ایک ہی نقطہ توجہ کا مرکز بن جاتا ہے۔ شمع بینی کا مقصد یہی ہے کہ آدمی کے اندر حسی قوت زیادہ ہو جائے اس قوت کو انگریزی کا نام (SPENSORY PRECEPTION) سپنسری پری سیپشن دیا گیا۔ اور اسے حسی اوراک کی صلاحیت سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ حسی قوتیں مستحکم و مضبوط ہو جاتی ہیں۔ اور اس کی وجہ سے مستقبل بینی کی صلاحیتیں اور اہلیت پیدا ہو جاتی ہے۔

آدمی کے اندر اوراک کی بہترین اور بہت ساری صلاحیتیں اور قوتیں موجود ہیں لیکن ان سے کام لینا ہے تو مشکلات میں گھڑنا ہوگا

اور وقت اور تکلیف اٹھانا ہوگی۔ بے شمار کھٹن اور مصائب و آلام کے خاروں سے پُر راستوں سے گزرتا ہوگا۔ اور پائے استقلال سے کام لینا ہوگا۔ عزم، حوصلہ اور ہمت کا مظاہرہ کرنا ہوگا۔ شب کہیں جا کر آدمی کو منزل ملتی ہے۔ کتابیں پڑھ لیتے سے کچھ نہ ہوگا۔ طبی پیچیدگی کا علم جاننے کے لیے کھٹن راستوں سے گزرتا پڑتا ہے اور کئی سال کی محنت کے بعد اور ریاضت کے بعد کچھ حاصل ہوگا۔ لیکن وہ بھی اپنے آپ کو مضبوط اور طاقتور بنانے سے ہوگا۔ بزدل اور خوف زدہ ہو جانے والا آدمی کامیاب نہیں ہو سکتا۔ اس علم کو سیکھنے کے لیے دلیری، ہمت، عزم اور حوصلے کی ضرورت ہے۔ بان جو کھوں میں ڈال کر اس علم کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اس علم کو جانے کے لیے غیر معمولی صلاحیتوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایسی صلاحیتیں ہر انسان میں موجود ہیں۔ لیکن ان سے ایک بے خوف اور بہادر آدمی ہی صحیح کام لے سکتا ہے۔ بزدل اور جلدی خوفزدہ ہو جانے والا آدمی کامیابی حاصل نہیں کر سکتا۔

بہادر اور بے خوف آدمی جب اپنی مشقوں کو کامیابی کے ساتھ کر لیتا ہے تو اس میں مستقبل بینی کی خوب پیدا ہو جاتی ہے اور وہ مستقبل بینی کر سکتا ہے۔ وہ کسی کو بھی اپنے ٹرانس میں لے کر ہمنا ٹائیز کر سکتا ہے اور اس سے اپنی مرضی کے کام کر سکتا ہے خواہ وہ کوئی خاتون ہو یا مرد۔ مرد کو اپنا غلام اور عورت کو اپنی خادمہ بنا سکتا ہے۔

دونوں اجناس اس کی تابع ہو کر اس کے احکامات کی تعمیل کر سکتی ہیں۔  
اور یہ بہادر آدمی کی ایک بہت بڑی کامیابی ہے۔

اپنی اس طاقت اور نرمی کو نرمی سے استعمال کریں اس صورت میں آپ کا مستقبل بے حد روشن ہوگا اور آپ مستقبل کے بارے میں سچائیوں پر مبنی پیش گوئی کر سکیں گے۔ کسی کو محض تعلیم دلا دینے سے کچھ نہ ہوگا۔ اگر اسے تعلیم دلاتا ہو تو اس کی مرضی اور اہلیت کے مطابق تعلیم دلاتا چاہیئے۔ اسے بھی اپنے رجحانات کے مطابق علم حاصل کرنا چاہیئے۔

نبیلی پیشگی کے علم کو جاننے کے بعد آپ کو ایک روحانی طاقت مل سکتی ہے۔ ٹیلی پیشگی (TELEPATHY) روحانی طاقت کی ایک قسم ہی ہے۔ یہ علم اندر کی غلاظتوں کو دور کر کے پاکیزگی اور سچائی پیدا کرتا ہے اور اس سے (AUTO SUGGESTION) کی تحریک پیدا ہوتی ہے۔ اسے اپنے آپ سے مشورہ کرنے کی تحریک کہا جاتا ہے ہر انسان میں اللہ کی دی ہوئی ایک طاقت ہے اسے خدائی طاقت کا نام دیا گیا ہے اسے اگر نیک کاموں میں صرف کیا جائے تو آدمی سونا بن جاتا ہے اور دوسروں کے لیے نیکی کا فرشتہ ثابت ہوتا ہے اسی طرح انسان کے اندر ایک خارجی تحریک کار فرما ہوتی ہے اسے انگریزی میں (METRO SUGGESTION) کہا جاتا ہے اور اس کا اثر دوسرے انسان پر فوراً ہوتا ہے۔ ہر انسان میں اس قسم کی طاقت

اللہ نے رکھی ہے۔ اس کے ذریعے ملوی طاقتوں سے بھی استفادہ کیا جاسکتا ہے اور پراسرار قوتیں بھی اس تحریک کی وجہ سے بنی نوع انسان کو فائدہ پہنچا سکتی ہیں۔

ملوی اور پراسرار قوتیں دونوں ہی سے آدمی بہرہ ور ہو کر مفاد حاصل کر سکتا ہے۔ نا دیدہ طاقتیں بھی اس طرح انسان کے قبضے میں آجاتی ہیں۔

جادو گروں کے پاس اس قسم کی طاقتیں ہوتی ہیں۔ وہ ٹونے ٹوکوں تعویذ کندھوں اور سحر سے نا دیدہ طاقتوں کو اپنا غلام بنا کر ان سے کام لیتے ہیں۔ ان طاقتوں سے اچھے کام بھی لیے جاسکتے ہیں۔ یہ عامل کے مزاج پر منحصر ہے کہ وہ نا دیدہ طاقتوں سے کس قسم کے کام لیتا ہے ان طاقتوں کو پانے والے لوگ اچھے بھی ہوتے ہیں اور خراب اور بُرے بھی ہوتے ہیں۔ سب ہی بُرے نہیں ہوتے۔ ان میں ایسے لوگ بھی موجود ہیں جن کے پاس اس قسم کی طاقتیں موجود ہیں اور وہ ان سے اچھے ہی کام لیتے ہیں۔ بُرے اور گھناؤنے کاموں سے دور رہتے ہیں۔ وہ اپنی مقناطیسی قوتوں سے کام لے کر اچھے کام کرتے ہیں اور بنی نوع انسان کی خدمت کرنے کا موجب بنتے ہیں۔

**یوگا اور ٹیلی پیشگی**

یوگا کا مطلب ہے جم آہنگی۔ انسان کے اندر جو مقناطیسی قوتیں

میں۔ اگر انھیں جگایا جائے تو ذہن اور جسم ان کے ذریعے مکمل ہم آہنگی کا موجب بن سکتا ہے۔ ذہنی قوتوں کو بیدار کرنے کے لیے مکمل کنسنٹریشن (CONCENTRATION) کی ضرورت ہے۔ یعنی پوری توجہ اور کیسوٹی کے ساتھ ذہنی قوتوں کو بیدار کرنا چاہیئے۔ یہ اعلیٰ عمدہ اور ارفع قوتیں ہیں۔ ان سے ایک عزم اور حوصلے سے کام لیا جاسکتا ہے۔ اور تکرار توجہ (CONCENTRATION) کو جذبہ اور مراتب سے بھی تشبیہ دی باقی ہے۔ کیسوٹی پیدا کرنا بھی اسے ہی کہا جاتا ہے۔ جو لوگ روحانی علم پانے کی کوشش کرتے ہیں ان کے لیے یہ پہلی مشق ہے۔ کیسوٹی اور تکرار توجہ کے بغیر کسی طرح کا بھی روحانی علم حاصل نہیں کیا جاسکتا۔

جب آدمی جذبہ اور مراتب کی کیفیت حاصل کر لیتا ہے تو مقناطیسی قوت آزاد ہو جاتی ہے اور عمل کرنے والا اسے اپنے قبضے اور قابو میں کر لیتا ہے۔ اسے وہ مکمل کنٹرول میں لے آتا ہے اور اس سے کام لے سکتا ہے۔ اس قوت کو لاشعوری قوت کا نام دیا گیا ہے اور اسے لاشعور کہا جاتا ہے۔

”روحانی قوتوں کو شائینہ کے مطابق مندرجہ ذیل سے انداز اور طراتی پر جگایا جاسکتا ہے۔“

۱) روحانی طور پر کسی بھی جگہ پہنچنے کے علم سے آگاہی۔  
۲) روحانی طور پر اپنے آپ کو انتہائی بڑا یا جید چھوٹا بنالینا۔

ذیل باتیں کے لئے انداز

(۳) روحانی طور پر دوسرے جسم میں داخل ہو کر محسوس کرنا کہ اس کا اپنا ہی جسم ہے اور اس کے تابع ہے اس سے کام لینا  
(۴) روحانی طور پر بہت زیادہ فاصلوں کی آواز کو سن لینا  
(۵) روحانی طور پر غیر مرئی چیزوں کے متعلق جانکاری حاصل کر لینا۔  
(۶) روحانی طور پر روح کے بارے میں جاننا اور بصیرت کو پالینا۔

(۷) روحانی طور پر اپنے عملیات کے انجام کے بارے میں اور ان کے دو عمل کے بارے میں جان لینا۔

(۸) روحانی طور پر اپنے اندر برقی نوع انسان کے لیے نیکی کے کاموں کی تحریک پیدا کر لینا۔

(۹) روحانی طور پر پوری صحت، توانائی اور قوتیں پالینا۔  
(۱۰) روحانی طور پر ماضی، حال اور مستقبل کے بارے میں بر قسم کی جانکاری حاصل کر لینا۔

(۱۱) روحانی طور پر روحانی حسیات کو جان لینا اور مادی زندگی کی تحریکوں کے بارے میں مکمل معلومات کر لینا۔

(۱۲) روحانی طور پر دوسرے لوگوں کے خیالات کے بارے میں جان لینا (ان کے خیالات کو پڑھ لینا)

(۱۳) روحانی طور پر محسوسات کی قوت سے نکل کر آزاد ہو جانا۔ یعنی غیر مرئی قوت و کیفیت سے دور ہو جانا۔ یہ ایک

زبردست روحانی تحریک ہے۔ غیر محسوس علم کا آبانہ۔

(۱۴) روحانی طور پر آنے والے واقعات سے آگاہ ہوجانا۔

(۱۵) روحانی طور پر اپنی خفیہ قوتوں کو استعمال کرنا۔

مندرجہ بالا یوگا کے انداز ہیں۔ ٹیلی پتھی میں بھی ان قوتوں کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اس کے لیے کیسوئی اور ارتکا ز توجہ کی ضرورت ہے۔

دراصل ٹیلی پتھی یونانی علوم کی ایک شاخ کی مانند ہے  
اسی لیے ٹیلی پتھی کا لٹک یوگا سے جوڑا گیا ہے  
یوگا کا علم بھی اپنی نوعیت کا ایک منفرد روحانی علم ہے  
”یوگا میں شمع بینی کی مشق“

یوگا ایک یونانی علم ہے۔ دراصل ٹیلی پتھی یونانی علوم کی ایک شاخ کی مانند ہے۔ یوگا کی طرح اس کی مشقیں ارتکا ز توجہ (CON-CENTRATION) اور کیسوئی پابندی ہیں اور کیسوئی ہر قسم کے خیالات اور احساسات حاصل کر لینے کا نام ہے۔ اسے بھی ارتکا ز توجہ کہا جاتا ہے۔ یوگا میں شمع بینی مندرجہ ذیل آسن کے ذریعے

کی جاتی ہے۔

(۱) آدمی کو یوگا کی آگاہی میں شمع بینی کرنے کے لیے دوڑانا

ہو کر بیٹھنا ہے۔ پشت دکھ باندھ سیدھی اور سر اونچا ہونا چاہیئے۔

اور نگاہ سامنے کی جانب رکھنا ضروری ہے۔

(۲) دھائی تین فٹ کے فاصلے پر شمع روشن کر کے رکھنا ہے۔

(۳) پوری توجہ (CONCENTRATION) اور کیسوئی کے ساتھ

شمع کو گورتا ہے۔

(۴) اس طرح آنکھوں کو ایک جگہ مرتسم کرنے سے نگاہوں میں

چمکا چوند کا احساس ہوگا۔ پھر ایسا لگے گا کہ جیسے روشنیوں کے رنگ

بکھر کر تیز ہو رہے ہیں اور ماند پڑ رہے ہیں۔

(۵) شمع کو مسلسل گھورتے رہنا ہوگا۔ نظر ادھر ادھر کرنے سے

ناکامی ہوگی۔

(۶) کسی طرح کے خوف اور دہشت کو دل میں بگڑ نہ دیں۔

(۷) دیر، عزم، محبت، حوصلے اور نڈر انداز کے ساتھ شمع کی

جانب سلسل گھورتے رہیں۔ اگر نظروں کو ادھر ادھر گھمائیں تو مشق

ناکام ہے۔

(۸) اگر آپ نے پوری توجہ کے ساتھ شمع بینی جاری رکھی اور نظروں

کا احاطہ کر لیا تو آپ آہستہ آہستہ مرائے اور نڈر کی ہی کیفیت میں

چلے جائیں اور آپ کو محسوس ہوگا کہ آپ گھونڈوں سے مکمل طور پر

ناظر توڑ چکے ہیں۔ آپ کو کچھ خبر نہ ہوگی کہ آپ کس جگہ اور کہاں بیٹھے ہیں۔

(۹) اس طرح آپ کا ذہن ادھر ادھر کے خیالات کے جہوم صاف ہو جائے گا۔

دعا: آہستہ آہستہ ذہن مکمل طور پر یکسوئی حاصل کر لے گا اسے نظری ارتکاز (VISUAL CONCENTRATION) کہا جاتا ہے اس مشق کے لیے ضروری نہیں کہ عرصے کا تعین کیا جائے۔ آپ جتنی مدت میں چاہیں اس مشق کو مکمل کر سکتے ہیں۔ شروع شروع میں آپ کو دقت کا احساس ہوگا اور آپ اس عمل کو کرنے کے لیے مشکل محسوس کریں گے۔

لیکن پھر آہستہ آہستہ آپ ہر طرح کی دقت، مشکل اور دشواری سے آزاد ہو جائیں گے۔ اور آپ اس عادت کو قبول کر لیں گے۔ اور آپ اس مشق کو آسانی کے ساتھ کر سکیں گے۔ اس مشق کو کرتے ہوئے دو باتوں پر دھیان دینا ہوگا اور اپنے آپ کو اور اپنے خیالات کو پاکیزہ اور صاف رکھنا ہوگا۔ جذبات کو مشتعل کرنے والی خوردگی کا استعمال نہ کرنا ہوگا۔ انڈیا، بھیل اور مرغی کے گوشت سے خفی الامکان پرہیز کرنا ہوگا۔ کیونکہ ان کے کھانے سے شہوانی جذبے پیدا ہوتے ہیں۔ اس مشق کے دوران جنسی اختلاط اور تحریک سے بچنا ہوگا تب ہی آپ کامیاب ہو سکتے ہیں۔

اگر آپ کو جنسی جذبات تنگ کریں گے تو آپ کسی طرح بھی یکسوئی اور مکمل توجہ حاصل نہ کر پائیں گے۔ اور آپ ناکام ہو جائیں گے اور ایک بار کی ناکامی ہمیشہ کی ناکامی بن جائے گی۔ مشق کے دوران میں آپ کا کردار مکمل طور پر پاکیزگی کے لیے ہونے چاہیے۔ مشق کے علاوہ بھی اپنے کردار کو پاک و صاف رکھنا ہوگا اور اس قسم کی عقل میں نہ جانا ہوگا جہاں کہ ذہنی ہیجان اور جنسی تحریک پیدا ہوا ہے انگریزی میں (RESTRAINT) کہا جاتا ہے۔

اب جس دوسری بات کا ہم ذکر کرنے لگے ہیں اسے انگریزی میں (DISCIPLINE) کا نام دیا گیا ہے یعنی ضبط نفس کا قانون اور قاعدہ۔ اور ضبط نفس پر مکمل کنٹرول کرنا ہوگا اس کے قانون اور قاعدوں کے مطابق چلنا ہوگا۔ یعنی اپنے آپ کو غلط کاموں سے دور رکھ کر شیخ بیچ کی مشق کرنا ہوگی۔

اس مشق کے دوران میں آپ کو مختلف قسم کی کیفیات سے گزرنا پڑے گا۔ کسی دقت آپ کا احساس یہ ہوگا کہ آپ کا دماغ بالکل خالی ہے اور کبھی آپ یوں محسوس کریں گے کہ آپ کو شہوانی اور چیخ و دھار سنائی دے رہی ہے۔ کسی دقت آپ ایسا محسوس کریں گے کہ جیسے آپ کی قوت سماعت بالکل جاتی رہی ہے اور آپ کوئی بھی آواز سننے سے قاصر ہو گئے ہیں

لیکن آپ کو ان باتوں سے بالکل نہ گھبراتا چاہیے۔ کسی طرح

فکرمند، خوفزدہ اور پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے آپ کو خوف اپنی مشق کو باری رکھنا چاہیے اور حسنی (SENSARS PRE-CEPTION) کو جھٹلنے میں رکھنا چاہیے۔ ڈرنے اور دہشت زدہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ دیر اور بے خوف بن جائیں۔ اور حوصلے، عزم اور ہمت کے ساتھ مشق جاری رکھیں۔ اس طرح کامیابی حاصل کر لیں گے۔ پھر آپ عادی ہو جائیں گے اور شمع بینی کے انہماک اور جذب کو جاری رکھ سکیں گے۔ آپ مکمل ارتکاز توجہ اور یکسوئی حاصل کر سکیں گے۔

اس مشق کے درمیان آپ کو عجیب و غریب اور ڈراؤنے تصورات متنگ کیس گے اور عجیب و غریب شکلیں اور تصورات آپ کے سامنے بنائیں گے۔ ان سے بالکل متاثر نہ ہوں اور مشق کو ہسپال میں جاری و ساری رکھیں۔ اگر آپ ان سے خوفزدہ ہو کر بھاگ گئے اور ان گھنائونی کیفیات سے گھبرا گئے تو پھر بھی اس مشق کے لیے توجہ پر انہماک آپ حاصل نہ کر جائیں گے اور راستے ہی میں رو کر کسی بیاری کا شکار بن جائیں گے۔ نظری دھوکے سے دور رہ کر اپنی مشق کو پورے انہماک، اہمیت اور جذب کی حالت میں مکمل کریں۔ پھر آپ کبھی نہ بھٹکیں گے اور ایک روز کامیاب ہو کر منزلوں کو چھو لیں گے۔ کسی طرح بھی آپ کو دل میں کسی قسم کا خوف پیدا نہ ہونے دینا چاہیے۔ یہی کامیابی کا راز ہے۔ آپ بے خوف ہو کر

مشق کو جاری رکھیں اور کامیابی و کامرانی حاصل کریں۔

## ذہن پر قابو پالینا

جب آپ شمع بینی کے ذریعے اچھی طرح اپنے ذہن پر قابو پا لیں گے تو آپ کو کسی طرح کا شور و غل اور ڈراؤنی اشکال جو تعیلات پیدا کرتے ہیں کسی طرح بھی خوفزدہ نہ کر سکیں گے اور آپ اطمینان سکون اور یکسوئی کے ساتھ اپنی مشق کر سکیں گے۔

یعنی دیر چاہیں آپ اس مشق کو جاری رکھیں۔ کم از کم ایک گھنٹہ ضرور آپ شمع بینی کی مشق کو جاری رکھیں۔ اگر آپ طاقتور ہیں ذہنی طاقت آپ میں زیادہ ہے، جسمانی صحت ٹھیک ہے۔ اور آپ حوصلے والے ہیں تو آپ ایک گھنٹے سے زیادہ وقت بھی اپنی مشق کو کر سکتے ہیں اس طرح آپ جلدی منزل پاسکتے ہیں لیکن آپ کو کسی طرح کا نفسیاتی دباؤ نہ ہو۔ آپ کی ذات کا پس منظر دیرانہ، بہادرانہ اور بے خوف ہو۔ آپ کسی قسم کی گھبراہٹ کا جلدی شکار نہ ہو سکتے ہوں اور آپ میں ہمت، عزم اور حوصلہ زیادہ ہو۔ بعض لوگوں میں اتنی ہمت ہوتی ہے کہ وہ اس مشق کو گھنٹوں جاری رکھ سکتے ہیں پورا دن اور پوری رات بھی وہ اس مشق کو کر سکتے ہیں۔ یہ لوگ سیدہ ہمت اور عزم والے ہوتے ہیں اور دوسرے لوگوں کی نسبت کہیں زیادہ طاقتور ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ جلدی مشقوں پر عبور حاصل کر سکتے ہیں۔



جو کچھ آپ اس مشق کے دوران دیکھیں اس سے بالکل متاثر نہ ہوں کیونکہ یہ آپ کے ذہنی خیالات کی بنانی ہوئی گھٹاؤنی اور ڈراؤنی تصاویر ہوتی ہیں۔ ان سے دہشت زدہ اور خوف زدہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ ان پر بالکل توجہ نہ دیں اور عزم اور حصے کے ساتھ اپنی مشق جاری رکھیں۔

اگر آپ ڈر گئے اور دل مار بیٹھے تو آپ نقصان اٹھا جائیں گے وہ گھٹاؤنی اشکال آپ کو کچھ نہ کہیں گی۔ کسی قسم کا نقصان ان سے آپ کو نہ پہنچے گا۔ اس لیے پوری استقامت کے ساتھ بے خوف انداز میں اپنی مشقوں کو جاری رکھیں تو نام نہ اٹھائیں گے کامیاب منازل آپ کے قدموں میں ہوں گی۔

### خیالی تصویر سے کام لینا

جب آپ بے خوف ہو کر کامیاب مشقتیں کرنے لگیں گے تو آپ کو غم حسن نظر آئے گا اور ایک بہت ہی حسین و خوبصورت تصویر آپ کی نظروں کے سامنے ہوگی۔ وہ تصویر سمجھ لو آپ کی معمول ہوگی اور آپ اس سے جو کام لینا چاہیں گے وہ آپ کا کام کرے گی آپ سکھ کر آسانی سے اس سے کام لے سکتے ہیں۔

جب آپ اپنے خیالات پر مکمل قابو پالیں گے اور ایک خیالی پیکر آپ کے سامنے ہوگا تو جب چاہیں گے اپنی مشقوں کی مدت کو

بڑھا کر ایک مستقل، مکمل، حسین و خوبصورت تصویر آپ رکھ سکیں گے اور جب آپ چاہیں گے وہ آپ کے سامنے آ موجود ہوگا اور آپ کو یوں لگے گا کہ وہ حقیقی طور پر آپ کے سامنے موجود ہے۔ اور آپ اس سے کام لے سکیں گے اور آپ اس کو جس عمل کے کرنے کے لیے اکٹائیں گے وہ آپ کے لیے کرے گا۔

ایک غیر ملکی ماہر شین شالی (SHEEN SHALI) نے اس قسم کا تجربہ بھی کیا ہے۔ ہمارے یہاں کوٹ (QUOTE) کرتے ہیں۔ وہ کہتا ہے کہ میں اپنی لیبارٹری میں گیا اور میں نے ایک زیادہ طاقت کا بلب (HIGH POWER BULB) لیا اور میں نے فلی بیجی کے معمول کو تقریباً ۱۰ اینچ کے فاصلے پر بیٹھنے کو کہا۔ وہ بیٹھ گیا۔ میں نے اس بلب پر یہ طریقہ استعمال کیا کہ اسے ایک سیکنڈ میں دو مرتبہ روشن ہونا تھا اور میں نے اس کا جو ٹیٹن لگایا تھا اسے کافی دور رکھا تھا اس کے ذریعے اس بلب کو وہاں سے روشن کیا جاسکتا تھا اور اس بلب کو ایک سیکنڈ میں پچاس بار روشن کیا جاسکتا تھا۔ میرا جو معمول تھا نیراب تھا۔ وہ سامنے بیٹھا تھا اس کے سامنے بلب تھا میں نے ٹیٹن دبا کر بلب کو روشن کیا۔ پھر بلب کو بند کر دیا۔ میرے معمول نیراب کو آنکھیں بند کر کے اس کی جانب دیکھتا تھا اسی طرح کیا۔ جب یہ عمل اس پر مکمل ہو گیا تو میں نے اس کے تاثرات کے بارے میں اس سے پوچھا۔ وہ کہنے لگا۔

”جب میری بند آنکھوں کے سامنے روشنی کے تیز جھپکے ہونے لگے تو میری نظر کو چمکا چومکا احساس ہوا اس کے بعد یہ احساس ختم ہو گیا اور مجھے عجیب و غریب شکلیں نظر آنے لگیں۔ تو میں نے انہیں بڑی اچھی ترتیب کے ساتھ ذہن میں رکھنا شروع کر دیا۔ وہ روشنی اشکال میرے ذہن میں ترتیب کے ساتھ بیٹھتی چلی گئیں۔ مجھے یوں لگا کہ جیسے ناچتی روشن شکلیں میرے قبضے میں ہیں اور میں نے ان پر قابو پا لیا ہے پھر ان شکلوں کی صورت ایک روشن ٹیوب (TUBE) کی سی صورت اختیار کر گئی پھر اس روشنی سے میری آنکھوں کو راحت سکون اور الطیّان کا سرور انگیز احساس ہونے لگا اس احساس سے مجھے بڑی فرحت ملنے لگی۔ اس روشن ٹیوب کی جانب دیکھتے ہوئے مجھے اچانک یوں لگا کہ میں اس روشن ٹیوب کے بیچ سے سینکڑوں میل کے فاصلے تک دیکھ رہا ہوں۔ پھر رفتہ رفتہ میرا ذہن خیالی تصاویر بنانے لگا۔ اور وہ تصویریں دھیرے دھیرے میری جانب آنے لگیں اور کافی قریب آگئیں۔ اس تجربے نے مجھے ایک عجیب سی راحت سکون، یکسوئی اور ارتکاز توجہ (CONCENTRATION)

کا احساس دیا اور میں ارتکاز توجہ کے عمل کو ایک معمولی بات سمجھنے لگا۔  
وہ کہتا ہے کہ: ”اس طرح روشنی کی جانب نظر میں جہاں کہ مجھے بے حد سکون، الطیّان اور راحت کا احساس ہوتا ہے۔ اور جب چاہتا ہوں اسی نئے انداز سے میں مراقبے اور جذب کی کیفیت میں پہل جاتا ہوں۔ مجھے اب ارتکاز توجہ میں پیدا سانی ہو گئی۔ جب چاہتا ہوں میں ہر اچھے اور مذہب کی یہ کیفیت میں پہنچ جاتا ہوں۔ اور مجھے بہت زیادہ یکسوئی اور فرحت ملتی ہے اور میں مذہب اور خود فراموشی کی وہ منزل مائل کر لیتا ہوں جہاں مجھے میری مرضی کی تصاویر نظر آنے لگتی ہیں۔ جس قسم کی شکل میں اپنے سامنے لانا چاہتا ہوں وہ باسانی آمو ہو رہی ہے۔ اس تجربے کی بنا پر یہ قیاس میرے ذہن میں پختہ ہو گیا کہ یوگا کی سخت مشق کے بغیر بھی روشنی کے مدد سے ارتکاز توجہ، یکسوئی اور سکون کی منزل مائل کر سکتا ہوں۔ یوگا کی مشقوں سے آدمی کو جو قصہ اپنے ذہن اور جسم پر مائل ہوتا ہے وہ ٹیلی پتھی کا علم جاننے میں بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے چونکہ یوگا کی مشقیں بڑی سخت، بے مد مشکل

اور کھٹن ہیں۔ جھین کا میانی سے منزل تک پہنچانا بڑا ہی کھٹن ہے۔ اس لیے ٹیلی پیجی کے ماہرین کا کہنا ہے کہ کسی اور ذریعے اور کسی دوسرے نئے انداز سے ارتکاز توجہ اور یکسوئی کو حاصل کرنے کی کوشش بہتر ثابت ہو سکتی ہے اور آپ کی قومیں بھی یہ قرار دے سکتی ہیں۔

**یکسوئی، جذب، ارتکاز توجہ اور مراقبہ کے نئے انداز**

یکسوئی، جذب، ارتکاز توجہ اور مراقبہ کو پانے کے لیے نئے انداز موجود ہیں۔ نئے انداز میں سانس لینے کی مشقوں سے یکسوئی جذب ارتکاز توجہ اور مراقبہ کی کیفیت کو پایا جا سکتا ہے۔ بڑا کامی مشقیں اور دوسرے طریقے، عید شکل اور طویل المعیاد ہیں اس لیے آدمی انھیں کرنے سے گھبراتا ہے۔

اس لیے بہتر یہی ہے کہ سانس لینے کی مشقوں سے یکسوئی اور ارتکاز توجہ (CONCENTRATION) کو حاصل کیا جائے۔ یہ نسبتاً آسان طریقے ہیں۔ اس لیے آپ اپنی سانسوں کے ذریعے اطمینان، یکسوئی، سکون، جذب اور مراقبہ کی کیفیت کو حاصل کیجیے اور سانس لینے کے انداز سیکھیں۔ ارکان طریقوں پر عمل کریں جو آپ کو

ارتکاز توجہ اور یکسوئی دے سکیں۔ ان انداز اور طریقوں کو سیکھنا مشکل کام ثابت نہ ہوگا۔ اور ان طریق اور انداز کو آپ آسانی سے سیکھ لیں گے اور مراقبہ اور جذب کی کیفیت میں پہنچ جانا آپ کے لیے مشکل امر نہ ہوگا۔ اور آپ سکون، اطمینان اور یکسوئی محسوس کریں گے۔ اگر آپ پہلے ہی گہری گہری سانس لینے کے عادی ہو جائیں تو زیادہ بہتر ہے۔ کیونکہ سانسوں کی مشقوں کے دوران میں آپ کو اس عادت کی بہت سخت ضرورت پڑے گی۔

**سانس لینے کی مشقیں**

آپ کو روزانہ گہری اور طویل طویل سانسیں لینیں یا نہیں کیونکہ ان سے طاقت اور توانائی میں کمی واقع نہیں ہوتی۔ چھوٹی چھوٹی سانسیں لینے سے جسم کی توانائی اور طاقت گھٹتی ہے۔ جو لوگ گہری گہری اور لمبی لمبی سانسیں لیتے ہیں توانا اور طاقتور ہوتے ہیں۔ آدمی کو چاہیے کہ لمبی لمبی اور گہری گہری سانسوں کا عادی ہو جائے۔ اس طرح وہ طاقتور اور توانا رہ سکتا ہے۔ اس لیے ہر آدمی کو چاہیے کہ اپنے آپ کو لمبی لمبی اور گہری گہری سانسیں لینے کا عادی بنالے اور روزانہ اس طرح کی سانسیں لے۔ اس کے عادی بننے کے لیے زیادہ مشکل اور وقت پہنچ نہ آئے گی۔ آپ آہستہ آہستہ اس انداز کے عادی ہو جائیں گے۔ جب آپ اس قسم کی سانسیں لیں گے تو آپ کی توانائی اور طاقت میں اضافہ

ہوگا کسی طرح بھی آپ کی طاقت اور توانائی نہ گھٹے گی اور آپ اپنے اندر طاقتیں ابھرتی محسوس کریں گے۔

## دوسری قسم کا نیا انداز

(۱) اس دوسرے نئے انداز میں آپ کو فزیشن پر سیدھا لیٹنا ہوگا اور چٹ لیٹے کے بعد دس سیکنڈ کے لیے آپ کو اپنا سانس روکنا ہوگا۔

(۲) پھر دس سیکنڈ کے بعد سانس کو نارمل کرتے چلے جائیں۔

(۳) اس کے بعد پھر آپ گہری گہری سانسیں دس سیکنڈ تک لیجیے۔

(۴) اس عمل کو دس مرتبہ دوہرانا ہوگا۔

(۵) اس مشق سے آپ اپنے اندر نئی قسم کی توانائیاں اور قوت محسوس کریں گے۔

کتنے ہی گھنٹوں تک آپ اس قوت اور توانائی کو اپنے اندر لہلاتے محسوس کریں گے۔ اس سے محنت و مشقت کرنے سے پیدا ہونے والی تھکن نابل ہو جاتی ہے اور آدمی کو اپنے اندر نئی توانائیاں محسوس ہوتی ہیں۔

## روحانی قوت

(PSYENIC POWER)

میڈی ایشن (MEDIATION) کا طریقہ اب آپ سیکھ لیجیے۔ یہ بالکل نیا انداز ہے اور ٹیلی پیتھی کی اصطلاح میں اسے نیا انداز کہا جاتا ہے۔ اس طریقہ پر عمل کرنا اپنی یکسوئی اور ارتکاز توجہ میں زیادہ بہتری کرتا ہے۔ اس سے آپ بہت زیادہ روحانی قوت (PSYENIC POWER) اپنے اندر محسوس کریں گے۔ اس مشق اور طریقے سے صنوبری غدود کے عمل میں تیزی آئے گی۔ یہ غدود (PINEAL GLAND) کہلاتا ہے۔ یہ دماغ میں پیشانی کے بالکل درمیان اندر کی جانب موجود ہے۔ اسے ٹیلی پیتھی کی رو سے تیسری آنکھ کہا جاتا ہے۔ یہ آسان سا طریقہ ہے اور سادگی سے بھرپور ہے۔ مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کیجیے۔

(۱) آپ کو ایک خالی میز کے ساتھ بیٹھنا ہوگا۔

(۲) ایک مومی شمع جلائیے اور اسے اپنی پیشانی سے تقریباً ۳۲ انچ کے فاصلے پر میز پر رکھا دیجیے۔

(۳) چونکہ صنوبری غدود (PINEAL GLAND) پیشانی کے

بالکل سنٹر میں ہے اور اسے تیسری آنکھ (THIRD EYE) کا نام دیا گیا ہے اس کے سامنے مومی شمع کا ہونا مفید رہے

(۴) مومی شمع کسی بھی رنگ کی ہو، اگر تازہ تو ہو جائے گا لیکن اگر شراب جیسے رنگ کی ہو تو زیادہ بہتر ہوگی۔ کیونکہ ارغوانی رنگ چھٹی جس کو جگاتا ہے۔ اس رنگ سے چھٹی جس بیدار ہونے کا سبب بنتی ہے۔ کہا تو یہی جانتا ہے۔ ٹیلی پتھی کا ماہر زمرسان (ZEMRAN) تو یہی کہتا ہے ہم اے یہاں کوٹ (QUOTE) کرتے ہیں۔ وہ کہتا ہے کہ ارغوان سے روحانیت میں بے شمار کام لیے جاتے ہیں۔ یہ رنگ سب سے زیادہ کامیاب چھٹی جس کو بیدار کرنے کے لیے ہے۔ اس لیے اگر مومی شمع کا رنگ ارغوانی ہوگا تو یہ رنگ زیادہ حساس ہوگا اور چھٹی جس کو بیدار کرنے میں زیادہ مدد و معاون ثابت ہوگا۔

انگلش میں چھٹی جس کو (ESP) کہا جاتا ہے اور (ESP) ارغوانی رنگ کی مدد سے جلدی بیدار ہوتی ہے۔

(۵) مومی شمع کو چند لمحوں کے لیے جلنے دینا ہوگا۔

(۶) مومی شمع کے شعلے کو متوازی ہونے تک انتظار کیجیے۔

(۷) جب یہ شعلہ متوازی ہو جائے تو اپنی ایک درست حالت لے کر تباہی ایدر بار ہو جائے تب آپ کو اپنی پلکوں کو کتنی ہی مرتبہ جھپکنا ہوگا۔ یہ عمل جلدی بیدار کرنا ہوگا۔

(۸) پھر آپ بغیر پلکیں جھپکائے شعلے کو گھورتے جائیے۔

(۹) پھر آپ پلکوں کو جھپکائے بغیر مسلسل گھورتے جائیے۔

(۱۰) شعلے کا بغور جائزہ لینا ہوگا۔ پھر زبردستی آپ کو اس شعلے میں رنگ بھگی روشنی لہرائی دکھائی دینے لگے گی۔ کچھ دیر پہلے وہ نظر نہ آکر رہی ہوگی

(۱۱) آپ پوری توجہ سے ادھر گھورتے جائیں اور آپ اس سوچ کو اپنے ذہن میں رکھ لیجیے کہ اس روشنی آپ کی پیشانی کے اندر درمیان میں لہرا رہی ہے اور تیسری آنکھ اُسے محسوس کر رہی ہے۔ شعلے کو مسلسل گھورتے چلے جائیے۔

(۱۲) پھر آپ اپنی قوت ارادی کو مضبوط بنا کر شعلے کو بغیر پلکوں کو جھپکائے گھورتے ہی چلے جائیں۔ اس طرح آپ اپنے اس عمل کو ۲۲ سے ۶۴ منٹ تک مسلسل جاری رکھ سکتے ہیں اور یہ آپ کی بہت بڑی کامیابی ہے۔

(۱۳) اس کے بعد آپ آہستہ آہستہ آنکھیں بند کر لیں۔ ایک دم اس عمل کو نہیں کرنا ہے۔ آہستگی اور کھلے اور زبردستی سے اس عمل کو کرنا ہے۔ جلدی سے آنکھیں بند نہیں کرتی ہیں۔ پورے اطمینان سے اس عمل کو کرنا ہے۔

(۱۴) بعد ازاں نظروں کو اوپر نیچے گھمانا ہے مگر اس کے باوجود اپنی تمام تر توجہ پیشانی کے درمیان واقع تیسری آنکھ پر رکھنی ہے۔

(۱۵) آپ اس مشق کو بالکل درست کرنے کے بعد محسوس کریں گے کہ مومی شمع کے شعلے کی لو آپ کے سامنے جل رہی ہے اور اس کی

روشنی پھیل جاتی ہے۔ آپ کے لیے یہ ایک کامیاب مشق کا مکمل (SINGLE) ہے۔ اس علامت کو محسوس کرنے کے بعد آپ کامران و کامیاب مشق کے عامل ہیں اور آپ اپنے مقصد میں کامیابی پانچے ہیں۔

کامیاب مشق کرنے کے بعد جو رنگ آپ کے دماغ میں پھیل گئی ہے وہ آپ کو سکون اور اطمینان دے گی۔ اور آپ یوں محسوس کریں گے کہ آپ کے دماغ میں نور کی کرنیں پھیل گئی ہیں۔ یہ نورانی کرنیں آپ کو راحت اور فرحت کا پیغام دیں گی۔ اور آپ اپنے اندر خوشیاں ابھرتی ہوئی محسوس کریں گے اور آپ کو بے حد خوشگوار مود کا احساس شدت سے ہوگا۔ آپ ایسا محسوس کریں گے کہ آپ کے دماغ میں مومی شمع روشن ہو گئی ہے اور آپ اسے تیزی آنکھ سے دیکھتا ہوا محسوس کریں گے اور آپ کو خوشگوار ایت اور ٹھنڈک کا احساس ہوگا۔ آپ کا دماغ اس تیزی رنگ رنگ روشنی کو فرحت بخش محسوس کرے گا اور آپ کو ایک گونہ سکون اور اطمینان محسوس ہوگا۔ اور آپ کے دماغ کا ہر خلیہ روشن ہو جائے گا۔ اس منور تائی میں آپ سرور و لطف محسوس کرنے کا موجب بنیں گے۔

(۱۶) اس کے بعد آپ اپنے جسم کو ایک آلودہ کرلیں۔ مطلب یہ ہے کہ بالکل ڈھیلا چھوڑ دیں۔ اس طرح آپ جید آلودہ حالت

محسوس کریں گے

(۱۷) چہرہ آہستہ آہستہ ملٹن انداز میں آنکھیں کھول دیجئے۔  
(۱۸) ایسا ہو کہ کتاب کے ذہن میں کسی طرح کا عکس ابھر آئے یا کسی قسم کے خاکے بنا شروع ہو جائیں۔

(۱۹) خاکوں اور عکس کے بارے میں اپنا ذہن ڈالئے اور ان کے بارے میں خوب اچھی طرح کچھ یقینی اور انھیں مکمل طور پر سمجھنے کی کوشش کیجئے۔

(۲۰) یہ ایک ایسا وقت ہوگا کہ اگر آپ ان کے بارے میں سمجھ گئے تو آپ کو ایسی قوت مل جائے گی جسے ٹیلی پتھی (TELEPATHY) کہا جاتا ہے۔ اس حالت میں آپ کسی مطلوبہ شخص سے رابطہ قائم کر سکتے ہیں اور پوری توجہ سے کام لے کر انھیں پہچانیے اس طرح آپ ٹیلی پتھی کے اثر میں ہوں گے۔

(۲۱) آپ کے دماغ میں خیالی سی تصویریں بنیں گی مگر آپ محسوس کریں گے کہ آپ انھیں دیکھ نہیں سکتے ہیں۔ وہ آپ کی قربت سے بہت دور لگیں گی۔ اس طرح آپ نے کافی حد تک کامیابی حاصل کر لی ہے۔ آپ یہ قیاس کر لیں کہ آپ ٹیلی پتھی کی پہلی سطح کو پار کر چکے ہیں اور رابطے کی پہلی کوشش میں آپ کامیابی حاصل کر چکے ہیں اور یہ آپ کی منت کا ثمر آپ کو ملتا ہے۔

(۲۲) یکسوئی اور ارتکاز توجہ کی یہ ابتدائی صورت ہے اس سے

مراقبہ اور جذب کی کیفیت آپ میں پیدا ہو گئی ہے آپ کی (ESP) کی قوت بڑھے گی اور اسے صحیح پرورش ملے گی اور وہ درست انداز سے آگے بڑھے گی۔

اس سے حسی ادراک پیدا ہو گا۔ اس قسم کی قوت ہر انسان میں موجود ہے لیکن اس کو بیدار کرنا ایک بہت ہی مشکل امر ہے اس کے لیے بیدار گشت اور مشقت کرنا پڑتی ہے مسلسل جدوجہد اور زبردست کاوشوں سے ہی اسے پایا جاسکتا ہے۔

روحانی علوم کو جاننا جوئے شیر لانے کے مترادف ہے ان کو پانے کے لیے کانٹوں پر چلنا پڑتا ہے اور مصائب کے جنگلات سے گزرتا ہوتا ہے۔ مشکلوں کے دشت پار کرنا ہوتے ہیں۔ تکلیفوں کے سمندوں میں تیرنا پڑتا ہے۔ حسیات کے پتے رنگداروں سے گزرتا پڑتا ہے۔ مشقت کے صحراؤں میں گزرتا پڑتا ہے تب کہیں باہر روحانی علوم کی جھلک نظر آتی ہے۔

جب آپ پہلی مرتبہ ذہنی آنکھ میں کسی کو دیکھیں گے تو پھر رفتہ رفتہ آپ اس قسم کے نظارے اور عکس نمایاں طور پر دیکھنے کا سبب بن سکیں گے آپ وہ کچھ دیکھنے کی صلاحیت پیدا کر لیں گے جسے دیکھنے سے آپ کی بصری آنکھ قاصر ہے۔

بہت زیادہ فاصلے سے آپ ان چیزوں کو دیکھنے کے قابل ہو جائیں گے جنہیں اور کوئی نہیں دیکھ سکتا۔ دور دراز فاصلے کی چیزیں

اور نظارے آپ کو اس طرح دکھائی دیں گے جیسے وہ آپ کے بالکل سامنے ہیں اور آپ انہیں ہاتھ بڑھا کر چھو سکتے ہیں اور یہ ایک بہت بڑی کامیابی ہے جو روحانی علوم کو دیکھنے میں بیدار دیتی ہے۔ گوئی یہی سچی مکمل روحانی علم نہیں ہے لیکن روحانی علوم کی ایک شاخ سے اسے تعبیر کیا جاتا ہے۔ اسے حاصل کرنے کے لیے روحانی طریقے ہی استعمال کیے جاتے ہیں پھر آپ آہستہ آہستہ اسے مشاق ہو جائیں گے کہ مستقبل میں رونما ہونے والے واقعات کی جھلک آپ مکمل طور پر دیکھ سکیں گے مستقبل بینی کر سکیں گے۔

بالکل نیا انداز

چھٹی حس سے کام لینا

ماہر ارشاد کہتے ہیں کہ چھٹی حس سے کام لینا ایک بہت بڑا کارنامہ ہے اور اس سے کام لینا بھی چاہیے۔ چھٹی حس کو ESP کہا جاتا ہے۔ اس سے ہر کوئی شخص کام نہیں لے سکتا۔ اس سے کام لینے کے لیے بڑی محنت کرنا پڑتی ہے۔ باقاعدہ مشقیں کرنا پڑتی ہیں۔ یہ دماغ کی ایک غیر معمولی اور روحانی طاقت ہے اسے گونا گونا گونہ کیا جاسکتا مگر اسے حاصل کرنے کے لیے اب جو طریقے اور انداز اختیار کیے جاتے ہیں وہ بالکل نئے ہیں۔



آپ اس وقت کو پانے کے بعد رات کو سوتے ہیں۔ اور یہ تصور کرتے ہیں کہ آپ کو صبح سات بجے لازمی بیدار ہونا ہے تو چھٹی جس آپ کو سات بجے ہی اٹھا دے گی۔ اور آپ اپنے مقصد میں کامیاب ہو جائیں گے۔

صبح آٹھ بجے اگر آپ اٹھنا چاہتے ہیں تو رات کو سونے کے لیے آنکھیں بند کر لیجیے اور اپنے ذہن میں بار بار دہرائیے کہ آپ صبح آٹھ بجے ہی اٹھیں گے۔ پھر آپ کہتے جائیے کہ آپ صبح آٹھ بجے اٹھیں گے۔ اس حالت میں آپ سو جائیں تو آپ صبح آٹھ بجے ہی اٹھیں گے۔ اور آپ کی چھٹی جس (ESP) کا یہ ایک بہت بڑا کارنامہ ہوگا۔ آپ اپنی چھٹی جس سے کام لیتے جائیے۔ آپ کو اس سے بڑی کامیابیاں ملیں گی۔ پھر آپ اس کے عادی ہوتے چلے جائیں گے۔ گھر سے پانے کے لیے مندرجہ بالا طریقہ آزمایا ہوگا۔ جب آپ اس سے کام لینے کے مکمل طور پر ماہر ہو جائیں گے اور آپ کو اپنی اس کارکردگی پر مکمل اعتماد اور عبور و سر ہونے کا تو آپ اپنے عمل اور قوت ارادی سے اس کے مزید ماہر ہوتے چلے جائیں گے۔

جب آپ سونے کے لیے لیٹیں تو یہ بات بار بار کہیں کہ میں صبح آٹھ بجے صبح اٹھوں گا تو ہشاش بشاش اور تروتازگی لیے ہوئے ہوں گا۔ واقعی جب آپ سو کر بیدار ہوں گے تو مکمل تروتازگی لیے ہوئے اور ہشاش بشاش ہوں گے۔ اور آپ کا موڈ بھرپور خوشگوار ہوگا۔

اور آپ اتنے ہوشیار اور چاق و چوبند نظر آئیں گے کہ آپ روزمرہ کے کاموں کے لیے اپنے آپ کو مکمل طور پر تیار پائیں گے اور آپ مشکل سے مشکل کام کو بھی کرنے سے اپنے آپ کو منحرف نہ رہیں۔ تو نا خیال کریں گے اور یہ آپ کی ایک بہت بڑی کامیابی ہوگی۔

دوسرا تیار انداز مندرجہ ذیل ہے

چھٹی جس

(ESP)

آپ کی ملاقات روزمرہ کے کاموں میں کتنے ہی لوگوں سے ہوتی ہے۔ ہر شخص کا تو آپ نام یاد نہیں رکھ سکتے۔ اکثر لوگوں کے ناموں کو آپ فراموش کر جاتے ہیں۔ جب بھی دوبارہ آپ کی اس شخص سے ملاقات ہوتی ہے تو آپ کو اس کا نام یاد نہیں آتا۔ اس کا نام یاد کرنے کے لیے آپ ذہن پر بھید نہ ڈالیں اس میں گمراہی کے مادہ جو آپ اس کا نام یاد نہیں کر پاتے۔

اس طرح آپ کو شرمندگی اور خفت اٹھانا پڑتی ہے۔ پھر اس شخص کو اپنا نام دہرانا پڑتا ہے اور آپ اس کے سامنے مادم ہو جاتے ہیں اس ندامت سے بچنے کے لیے ایک طریقہ ہے۔ بالکل نیا انداز ہے۔ اسے پانے کے لیے آپ کو اپنی ذہنی قوتوں کو بروئے کار لانا

چاہئے۔ ہم اس طریقے اور نئے انداز کا ذکر کرتے ہیں۔ یہ نیا انداز اور طریقہ بڑا ہی دلچسپ ہے۔ اس کو اپنا کر آپ کی یادداشت تیز اور بہت بہتر ہوگی۔

پہلی بات یہ ہے کہ جب آپ کو کسی شخص کا نام بتایا جائے تو اسے پوری توجہ سے سنئے۔ اس جانب مکمل دھیان رکھیے اور اس کے نام کو کئی بار اپنے ذہن میں دوہرائیے۔ سمجھ لیجیے کہ وہ آپ کے ذہن میں مکمل طور پر جم جائے گا اور آپ اسے ذہن میں محفوظ کر لیں گے۔ پھر آپ اس شخص کے چہرے کا جائزہ غور میں نظروں سے لیجیے اس کے چہرے کے مطالعہ سے آپ اس کی آنکھوں کا رنگ، یا چہرے کے خدوخال یا کسی نایاں نشان کو یاد رکھ سکیں گے۔ کوئی تل، زخم کا نشان یا کوئی اور نشان آپ کے ذہن میں محفوظ ہو جائے گا اور آپ اسے یاد رکھ سکیں گے۔ پھر اس شخص کا نام آپ کبھی نہ بھولیں گے۔ جب بھی وہ شخص آپ کو ملے گا تو آپ کو اس کا نام یاد آجائے گا۔ اور آپ اس کی شخصیت کو بھی فراموش نہ کر سکیں گے۔

**خدائے انسانی ذہن کو اعلیٰ وارفع قوتیں**

**بخشی ہیں**

خدائے انسانی ذہن کو اعلیٰ وارفع قوتیں بخشی ہیں ان سے کام

لے کر انسان ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) یعنی اوراک اور اسے جو اس کا علم سیکھتا ہے۔ اور بھی روحانی علوم حاصل کرتا ہے اور غیر معمولی حسی اوراک اور روحانی طاقتوں کو سمجھتا ہے اور ان پر قادر ہوتا چلا جاتا ہے اور ان سے کام لیتا ہے۔ ان روحانی علوم کی اصطلاح مندرجہ ذیل ہے۔

ان اصطلاحات کو سمجھ کر آپ اپنی ذہنی الجھن اور توجہ کو دور کر سکتے ہیں۔ انسان کی عمدہ ترین نفسی یا روحانی قوت کو انگلش میں (SUPER PSYCHIC) کہا جاتا ہے۔

یہ قوت روحانی علوم کو پاسکتی ہے۔ ٹیلی پیتھی کا علم اس قوت کے ذریعے حاصل کیا جاتا ہے۔ روحانی علوم محنت اور ریاضت سے حاصل کیے جاتے ہیں۔ ان کے لیے کیسوفی، ارتکاز توجہ کا حاصل کرنا ضروری ہے اور ہم مذکورہ بالا بیانات میں بتا چکے ہیں کہ کیسوفی اور ارتکاز توجہ کس طرح حاصل کی جاسکتی ہے۔

کسی زمانے میں مادہ ٹوٹے، جنس متز اور سحر کی کہانیاں لوگ سنتے تھے اور انھیں سن کر حیران و ششدر رہ جاتے تھے تو اس میں حیران و ششدر ہونے کی کوئی بات نہیں ہے۔ انسان روحانی علوم حاصل کر سکتا ہے۔ دوسرے لوگوں کو مول بنا کر ان سے حسب فضا کام لے سکتا ہے۔ اسے عمل بخوبی کہا جاتا ہے۔ مسمریزم سے آدمی دوسرے شخص کو اپنے فرانس میں لاسکتا ہے اسے ہینا ٹائمر کر کے

اپنی مرضی کے مطابق غلط خواہ کام کر سکتا ہے۔ آپ مائل بن کر اسے معمول بنا سکتے ہیں اور یہ کوئی حیرت کی بات نہیں ہے۔

ایک مرتبہ ایک بزرگ آدمی بازار میں کھڑا بیچ رہا تھا۔ وہ کبہر رہا تھا۔ لوگو! میں تم کو حیرت انگیز کمالات دکھا سکتا ہوں۔ وہاں آہستہ آہستہ لوگوں کا جھوم ہو گیا اور وہ شخص اب آہستہ آہستہ بولنے لگا۔ لوگوں نے اس بزرگ کی باتوں کو دلچسپی سے سنا۔ پھر اس سے کہا گیا کہ اپنے کمالات دکھائیے۔

اس نے ایک میز طلب کیا۔ پھر اس نے ایک پانی کی بالٹی مگوائی وہ پانی سے باباب بھری ہوئی تھی۔

جب دونوں چیزیں میدان میں آگئیں۔ تب اس نے ایک آدمی سے کہہ کر روپیہ مانگا۔ جس کے پاس وہ روپیہ تھا اس نے اسے دے دیا۔ اس نے اس روپے کو میز پر رکھ دیا۔ سب لوگ غور سے ادھر دیکھ رہے تھے۔ انھیں اتنی دلچسپی تھی کہ پتھر کے غیسے بن کر رہ گئے تھے۔ ان کے چہروں پر حیرت کے گہرے آثار تھے۔ وہ بزرگ شخص پلکیں جھپکائے بغیر روپے کی جانب دیکھ رہا تھا۔ اچانک روپیہ سیدھا کھڑا ہو گیا۔ سب لوگ چونکے اور پھر پوری توجہ اور شدید حیرت کے ساتھ اس جانب دیکھنے لگے۔ اس شخص نے نظریں کھائیں جس طرف وہ شخص نظریں کھارہا تھا اسی جانب روپیہ چل رہا تھا، روپے کو اس بزرگ شخص نے کتنی ہی بار گھمایا پھر ایسا ادھر سے ادھر چلا لوگ

بہت حیران ہوئے۔ پھر انھوں نے خوش ہو کر تالیاں بجائیں۔

پھر اس بزرگ شخص نے بالٹی پر رنگا پیں جما دیں۔ لوگ پھر خاموش ہو کر پوری توجہ اور انہماک سے بالٹی کی جانب دیکھنے لگے۔ کچھ دیر کے بعد پانی سے بھری بالٹی اوپر اٹھنے لگی۔ وہ اس کی آنکھوں کے ٹراس میں مکمل طور پر تھی۔ پھر بالٹی آہستہ آہستہ کافی بلند ہو گئی۔ وہ بالٹی کچھ دیر فضا میں تعلیق رہی اس کے بعد وہ بالٹی آہستہ آہستہ نیچے آگئی۔ اس عمل کو اس نے تین بار دہرا کر پورے مجمع کو حیران و ششدر کر دیا اور ان سے داد و تحریف وصول کی۔ پھر لوگوں نے خوب تالیاں بجا پیں اور خوش ہو کر اسے کافی روپے دیے۔

مگر کس میں بھی آپ نے اس قسم کے کمالات دیکھے ہوں گے آج کے سائنسی دور میں اس قسم کے کمالات مولیٰ بات بن کر رہ گئے ہیں۔ لوگ اس سے بھی کہیں زیادہ بلند کمالات حاصل کرنے کی تمک و دوسیں معدودت ہیں اور بلند ترین مقام پر پہنچنے کے لیے کوشاں ہیں وہ روحانی علوم کو اپنی دسترس میں لانے کے لیے دن رات ریاضت کر رہے ہیں اور اپنی جان کی بازی لگا کر سخت سے سخت اور مشکل سے مشکل مشقتیں کر رہے ہیں۔

میلی پیچھی اچان علوم کا ایک حصہ ہے جسے حاصل کرنے کے لیے بڑی محنت، جدوجہد اور مشقتیں کرتے ہیں تب کہیں جا کر وہ کیسوی اور ارتکا ز توجہ کے قریب پہنچنے کے قابل بنتے ہیں۔ بہر حال انسان کی

کوشش ہماری ہے اور انسان ان علوم میں مہارت حاصل کر ہی لے گا۔ کچھ کافی متنک کامیاب ہو چکے ہیں اور ان علوم کے کمالات دکھا رہے ہیں اور لوگوں کو اس سے آگاہ کر رہے ہیں۔

پیش گوئی کی قوت کو حاصل کرنے کے لیے ایک

نیا طریقہ

بالکل نیا انداز

ماہر سیدلٹن کہتا ہے کہ زمانہ کی مشقوں کو دل لگا کر کرنا چاہیے ایک روز آدمی کامیابی حاصل کر ہی لیتا ہے اور اس کامیابی سے اسے روحانی طاقت حاصل ہوتی ہے۔ اس طاقت کو حاصل کرنے کے لیے آپ کو کافی وقت لگ سکتا ہے مگر اس سے دل برداشتہ یا مایوس ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ مایوس دل کچھ حاصل نہیں کر پاتا۔ آپ کو یہ یقین کرنے کے بعد کوئی عملی قدم اٹھانا چاہیے کہ آپ کے اندر روحانی علوم حاصل کر لینے کی صلاحیت اور اہلیت موجود ہے اور آپ عہدی کامیابی پالیں گے اسے سیکھ جائیں گے۔ اپنے دل سے ہر شے اور ناکامی کے تاثر اور خوف کو نکال پھینکیے اور عمل کی جانب توجہ دیجیے۔ پھر آپ کی کامیابی مسلمہ ہے۔

۱) آپ ذہن کو مستقبل میں لے جانے کی کوشش میں مصروف ہو جائیں۔

۲) آپ اس طرح مشکل محسوس کریں گے مگر جب آپ پوری توجہ اور کسوتی کے ساتھ اس عمل کو کریں گے تو یقیناً آپ اس کوشش میں کامیابی حاصل کر لیں گے۔

۳) آپ کو عمل کے دوران یہ محسوس کرنا ہوگا کہ آپ مستقبل میں موجود ہیں۔ ذہن میں مستقبل کے عکس کو ابھرنے دیا جائے۔ عکس واضح اور صاف ہو تو اس میں جو نمونہ آپ دیکھیں گے اسے ذہن میں محفوظ کر لیجیے۔ اگر آپ نے اس عکس کو ذہن میں جایا تو آپ بہت کامیاب ہیں۔

۴) اس عمل کی آسانی کے لیے کچھ تصویریں لے لیجیے۔ ان تصاویر کو اپنے سامنے یعنی نظروں کے سامنے رکھ لیں۔ پھر ان تصاویر کے عکس کو ذہن میں ابھرنے دیا جائے۔ جب آپ کو خود بخود یہ محسوس ہونے لگے کہ تصویریں آپ کے سامنے موجود ہیں تو آپ تیسری تصویر کو ذہنی آنکھ سے دیکھیں اور اس پر نظر جمائے رکھیں۔ جب وہ واضح نظر آئے اور اسے آپ اچھی طرح سمجھ لیں، یہ عمل ذہنی طور پر کرنا ہے۔

۵) پھر آپ اس تصویر کو اٹھا کر سامنے رکھ لیجیے اور اسے اچھی طرح دیکھیے۔ پھر اس کا موازنہ اپنے ذہنی عکس سے لیجیے۔ اگر آپ کے ذہن میں اس تصویر کا مکمل عکس بنا تھا تو آپ کامیاب ہیں۔

اگر آپ کے ذہن میں اس کا صحیح عکس نہیں بنا تو گھبرانے یا پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ ایک تجربہ تھا۔ بہر حال آپ نے تجربہ تو کیا۔ اس قسم کے تجربے سے آپ پر مستقبل کے دروازے تو کھل گئے اور آئندہ آپ اس قسم کے تجربات سے کافی فائدہ اٹھا سکتے ہیں اور آخر کار ایک روز مستقبل بینی کے علم کو سیکھ جائیں گے اور آپ کے ذہن میں روحانی صلاحیت اور اہلیت پیدا ہو جائے گی۔ اس طرح آپ اپنے ذہنی عکس میں دروازہ نافٹے سے دیکھ کر یہ ادراک کئے ہیں کہ کامیاب ہو جائیں گے کہ وہ کس قسم اور کس ماہیت کی چیزیں ہیں اور کس قسم کے رنگ تھے جو ان میں موجود تھے بہر حال آپ کے لیے یہ ایک بہت بڑی کامیابی ہوگی۔

## مستقبل بینی کی مشق کا دوسرا نیا انداز ایک بہتر طریقہ

مستقبل بینی کا مطلب ہے کہ آنے والے واقعات کی صحیح جھلک کو ذہن میں عکس انداز میں دیکھنا اور آپ کو یوں محسوس ہو کہ وہ واقعات آپ کے بالکل سامنے ہو رہے ہیں۔ ان خیالات کا عکس واضح اور صاف ہوتا ہے۔  
(۱) ایک الگ ٹھکانہ کمرے میں بیٹھ جائیے۔

(۲) اس کمرے میں مکمل سناٹا اور تنہائی ہو۔ اور غلوت میں آکر کوئی آپ کو تنگ نہ کرے۔ کسی قسم کا شور و غل آپ وہاں محسوس نہ کریں۔

(۳) پھر آپ کو چاہیے کہ کیسوٹی اور توجہ ایک نقطے پر مرکوز کریں اور کسی قسم کے خیالات کا جوہم آپ کے ذہن میں نہ ہو۔

(۴) آپ صرف یہ کوشش کریں کہ مستقبل کا خاکہ آپ کے ذہن میں ہو۔ صرف مستقبل کے بارے میں آپ کے ذہن میں خیالات ہونے چاہئیں۔ اور کسی قسم کے تصورات آپ کے ذہن میں نہ ہوں۔ اس کو کیسوٹی (اور ارتکاز توجہ) (CONCENTRATION) کا نام دیا گیا ہے۔ جب آپ پوری توجہ ایک نقطے پر جمع کر لیں تو مستقبل کے بارے میں سوچتے چلے جائیں۔ آپ کے ذہن میں ایک دھندلا سا عکس ابھرنا شروع ہو جائے گا۔ پھر رفتہ رفتہ وہ عکس صاف اور واضح ہوتا چلا جائے گا اور جو واقعات آپ دیکھ رہے ہیں ان کے بارے میں ذہن پر زور دیتے ہو کہ وہ واقعات آپ کو کہاں تک اور کس طرح پیش کئے تھے۔

ذہن کو پختہ کیجئے اور کیسوٹی اور ارتکاز توجہ کو مضبوط و مستحکم کر کے عکس کو واضح کرنے کی کوشش کیجیے۔ آہستہ آہستہ آپ کے ذہن میں عکس واضح اور آئینے کی طرح صاف و شفاف ہوتا چلا جائے گا۔ اور اس میں آپ سارے واقعات اور حادثات کے بارے میں سب کچھ

دیکھ سکیں گے۔  
ٹیلی پتھی اوراک ماورائے حواس (TELEPATHY) کو ذہنی رابطے کا علم کہا جاتا ہے۔ یہ روحانی علم کی ایک مضبوط و مشہور شاخ ہے۔ ایک ایسی لائن اور ایک ایسا راستہ ہے جس پر چل کر آدمی مستقبل بینی کر سکتا ہے۔

ٹیلی پتھی، اوراک ماورائے حواس (TELEPATHY) کی طاقت سے مادی چیزوں پر بھی کنٹرول (CONTROL) کیا جاسکتا ہے انگریزی میں اسے (PSYCHO KINESIS) کینسس کہا جاتا ہے۔ اس قوت کے ذریعے آپ آسانی سے مادی چیزوں کو اپنے قبضے اور قابو میں لے سکتے ہیں۔

ٹیلی پتھی (TELEPATHY) یعنی اوراک ماورائے حواس کو جسی اوراک کا نام ہی دیا گیا ہے۔ اس کی قوت سے کام لے کر آپ پیش گوئیاں کر سکتے ہیں اور اس میں آپ مہارت حاصل کرنے کا موجب بن سکتے ہیں۔

اس کے علاوہ اس علم کے ذریعے آپ ماضی پر تصور کی نگاہ ڈال سکتے ہیں اور ماضی کی جھلکیاں آپ کو نظر آ سکتی ہیں اس سے ذہنی رابطے یا سکھ کا ہی کام نہیں لیا جاسکتا بلکہ اس سے اور بھی نئی کام لے جاسکتے ہیں۔ جب ماضی کے بارے میں آپ دیکھ سکتے ہیں تو رفتنی طور پر آپ یہ بھی دیکھ سکتے ہیں کہ ماضی میں کس مکان، ہنگامے یا کوئی پر

یا کسی بھی جگہ کو نئے واقعات پیش کئے تھے یا کیا حادثات ہوئے تھے۔ آپ ان کے بارے میں اچھی طرح آگاہی حاصل کر سکتے ہیں (ESP) پر عبور حاصل کر سکتے ہیں اسے چھٹی حس کا نام دیا گیا ہے اس سے آپ اپنی مرضی کے مطابق کام لے سکتے ہیں۔ چھٹی حس (ESP) (EXTRA SENSORY PERCEPTION) کو کہتے ہیں۔ اس کو جاننے کا طریقہ بتایا جا چکا ہے۔ اسے تصویروں کو دیکھ کر جانا جاسکتا ہے۔ اور یہ زبردست اوراک کی قوت ہے۔ قبل از وقت آپ خطرے سے آگاہ ہو سکتے ہیں اور اپنی مرضی کے مطابق کام کر سکتے ہیں۔

روحانی قوتوں اور اس کی تربیت حاصل کرنے کی برہمن میں استعداد، قابلیت، صلاحیت اور قوت موجود ہے اس کے لیے بڑی محنت، مہدو جہد اور زبردست مشقت اور کوشش کی ضرورت ہے۔ اپنی قوت ارادی، زبردست ریاضت اور محنت کے بعد اسے حاصل کیا جاسکتا ہے۔

افریقہ میں روحانی قوتوں کو قابو میں کرنے کا رسم و رواج ہے وہاں روحانی علم کو دوڈو (DOODO) کہا جاتا ہے۔ وہاں عورت مرد سب ہی اس کی مہارت حاصل کرتے ہیں۔ وہاں کے لوگ اس علم کو جادو، ٹوٹے اور سحر کا نام دیتے ہیں اور اس سے بے مدد کام لیتے ہیں ایک شخص نے بتایا کہ وہ ایک مرتبہ افریقہ گیا۔ وہاں اس کی

ملقات ایک لڑکی سے ہوئی اس نے کوئی عمل کر کے اسے بستر پر بٹھا دیا۔ اس شخص نے اٹھنے کی بجائے کوشش کی مگر اٹھ نہ سکا۔ اسے یوں محسوس ہوا کہ کسی نادیدہ قوت نے اسے جکڑ کر وہاں ڈال دیا جو اس کے لڑکی کو بتایا کہ اس کی یہ حالت ہے۔ لڑکی زور زور سے ہنسنے لگی۔ پھر اس نے کہا کہ اس نے اس پر یہ روحانی علم کیا ہے۔ وہ اسے ابھی اس جکڑ سے آزاد کر دیتی ہے لڑکی بڑی خوبصورت، کم عمر اور بالکل فوجی تھی۔ اس عرصہ میں اس کے پاس اتنی زبردست قوت تھی۔ وہ اس کی جانب سے خوفزدہ ہو گیا۔ پھر اس لڑکی نے اسے اس جکڑ سے آزاد کر دیا۔ وہ کوئی بہانہ بنا کر وہاں سے کھسک گیا۔ اس نے بتایا کہ افریقہ میں اس قسم کے واقعات عام ہیں۔

میں نے ایک مرتبہ دیکھا کہ اس کی نظروں کے سامنے سے ایک آدمی اس قسم کا گزرتا تھا جس کا سر غائب تھا اور وہ بڑے مزے سے سڑک پر چلا جاتا تھا جیسے سر اس کی گردن پر موجود ہو اور وہ اپنی آنکھوں سے صاف دیکھتا ہوا آگے بڑھا چلا جاتا ہے بڑی ہی حیرت کی بات تھی۔ غیر ملکی اس شخص کو دیکھ کر گھبرائے ہوئے اور خوفزدہ تھے لیکن وہاں کے باشندوں کو اس کی ذرا پرواہ نہ تھی وہ اسے ایک نظر دیکھ کر دوسری جانب دیکھنے لگتے تھے۔ وہ جانتے تھے کہ یہ ڈو ڈو علم کا کرشمہ ہے اور وہ اس قسم کے واقعات

روز ہی دیکھتے تھے۔

اس شخص نے بتایا کہ وہ دوبارہ افریقہ نہ جاسکا۔ اسے وہاں روحانی علم کو سیکھنے کی پیشکش ہوئی تھی۔ مگر وہ اس تجویز اور انجمن میں نہ پڑنا چاہتا تھا اس لیے وہ وہاں سے نکل آیا تھا اور دوبارہ وہاں نہ گیا

یورپ اور امریکہ والے تو آج اس علم کی ماہیت سے آشنا ہوئے ہیں۔ ایشیائی ملکوں میں ہزاروں سال سے اس علم کو جاننے کی سعی جاری ہے اور اس علم کو جان کر بہت سے لوگوں نے بے حد حیرت انگیز کمالات دکھائے ہیں اور ان کے روحانی علم کے چرچے ہوئے ہیں۔ آج بھی ان کا نام روحانی علوم کی دنیا میں زندہ و باوٹ ہے

ایشیائی ملکوں میں اب بھی لوگ اس علم کو جاننے کی تنگ و دو میں معروف ہیں اور اسے پانے کی دن رات کوشش کر رہے ہیں۔ اور کہتے ہی لوگ ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) یعنی اوراک مارلے حواس کی قوتوں کو پانے کی سعی اور جدوجہد میں مشغول ہیں۔ کئی لوگ اسے حاصل بھی کر چکے ہیں اور دنیا کو حیرت انگیز کرشمے دکھا کر مرعوب کر رہے ہیں اور عالمگیر شہرت پا رہے ہیں۔

اس علم کو ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) سے انکار نہیں کیا جاسکتا۔ یہ ایک مسلمہ علم ہے لیکن اسے کوئی شخص حاصل کر سکتا ہے



اس کے لیے بڑی محنت، قوت، مشقت، جدوجہد اور کاوش کی ضرورت ہے۔ اس کی مشقیں بڑی مشکل اور کٹھن ہیں اسے پانے کے لیے دشوار گزار راستوں سے ہو کر آگے جانا پڑتا ہے۔ اس علم کو جاننے کے بعد ایک آدمی پستول کو چھو کر یہ بتا سکتا ہے کہ اس سے کب اور کس آدمی کو قتل کیا جائے گا۔ اور موٹر سائیکل کی باتب دیکھ کر وہ یہ بتا سکتا ہے کہ اسے کب اور کہاں اور کس وقت حادثہ پیش آئے گا۔ اس علم سے بہت سی باتیں معلوم کی جاسکتی ہیں۔ آئندہ پیش آنے والے واقعات کو آپ ذہنی مکس میں بخوبی دیکھ سکتے ہیں۔ لیکن اس کے لیے آپ کو مکمل یکسوئی اور ارتکازِ توجہ کی ضرورت ہوگی۔

## مستقبل میں پیش آنے والے واقعات کا عکس دیکھنا

جب آپ یکسوئی کے ساتھ ایک نقشے پر ارتکازِ توجہ کر لیں گے اور بار بار اس عمل کو کرنے سے آپ باہر ہو جائیں گے اور بے شمار مشقیں کامیابی سے کر چکے ہوں گے تو آپ کو مستقبل میں پیش آنے والے واقعات کا ذہنی عکس نظر آئے گا اور آپ اسے ذہن میں اچھی طرح دیکھ سکیں گے۔ آپ کے ذہن میں دھندلے سے خاکے ابھر رہے

جواہر آہستہ آہستہ آپ کے ذہن میں صاف ہو کر واضح شکل و صورت اختیار کر لیں گے۔ اور آپ بخوبی پہچان سکیں گے اور ان کے بارے میں سمجھ سکیں گے کہ وہ آپ کو کیا بتا رہے ہیں۔ اس طرح آپ مستقبل کے واقعات اور حادثات سے بخوبی واقف ہو سکتے ہیں اور بآسانی مستقبل بھی کر سکتے ہیں۔

شروع شروع میں آپ مستقبل کے بارے میں مضمی جھٹک دیکھیں گے جو فوراً ختم ہو جائے گی اور آپ اس کے بارے میں کچھ کچھ جان لیں گے۔ مگر مکمل آگاہی آپ کو نہ ملے گی۔ اس قسم کے واقعات قریب قریب ہر آدمی ہی ذہن میں دیکھ سکتا ہے لیکن انھیں سمجھ نہیں سکتا۔ اس کے لیے باقاعدہ مشقوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ پھر آدمی کامیابی کے ساتھ مشقوں کو کرنے کے بعد بہترین ذہنی اشکال دیکھ سکتا ہے اور آہستہ آہستہ اسے مستقبل کے واقعات اور حادثات صاف اور واضح نظر آسکتے ہیں۔ جنھیں دیکھ کر وہ مستقبل کے بارے میں پیش گوئی کر سکتا ہے اور اس قسم کی اہلیت اور صلاحیت اسے مکمل طور پر حاصل ہو جاتی ہے۔

جو کچھ آپ ذہنی عکس دیکھیں اسے دوسروں تک پہنچا دیں بلکہ زیادہ سے زیادہ آدمیوں کو بتا دیں تو زیادہ بہتر ہے شروع شروع میں یعنی ابتدائی طور پر آپ مستقبل کے بارے میں جو واقعات اور حادثات ذہنی عکس میں دیکھیں انھیں نوٹ کرتے جائیں۔ پھر آپ

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ موجودہ دور سے موازنہ کرتے جائیے اور یہ دیکھیے کہ آپ کے ذہنی عکس نے کتنی واضح اور صاف تصاویر بنائی ہیں۔ اس طرح آپ مکمل مشقوں کے ساتھ ترقی اور کامیابی پائیں گے اور آپ آنے والے واقعات اور حادثات کا صاف اور واضح عکس دیکھ سکیں گے اور مستقبل بینی کی صلاحیت اور اہلیت آپ کے اندر پیدا ہو جائے گی۔ اور آپ درست پیش گوئی کر سکیں گے جس سے لوگ متاخر ہوں گے۔ اور آپ کو شہرت ملے گی۔ لوگ آپ سے مرعوب ہوں گے اور آپ کی طاقت کی مہر لوگوں کے دلوں پر لگ جائے گی۔ اور آپ کی قوتوں کا سکھ لوگوں کے دلوں پر بیٹھ جائے گا۔ اور لوگ آپ کی عہد تولد کریں گے۔

شروع شروع میں آپ کو ابتدائی مشقوں کے دوران میں دھندلے اور معمولی سے عکس نظر آئیں گے مگر گھبراہٹیں نہیں۔ آپ اپنی مشقوں کو جاری رکھیں۔ ایک روز آپ کو یقیناً کامیابی ملے گی۔ اور آپ کو صاف اور واضح ذہنی عکس نظر آئیں گے اور آپ کی قوت میں اضافہ ہوگا۔

آپ لوگوں کو اپنے سحر میں لے سکتے ہیں  
”یہ ایک عمدہ اور نیا انداز ہے“

آپ کے اندر اپنے فن یعنی مہر سے لوگوں کو مسحور کرنے کی قوت موجود ہے

لوگوں کو مسحور کرنے کے فن (FUN) یعنی مہر کو انگریزی میں (SPELL BOUNDING) کا نام دیا گیا ہے۔ اے (ESP) کی قوت کا ایک کا نام مہر سمجھ لیجیے (ESP) ذہنی قوت یعنی چھٹی شخص کی طاقت کو کہا جاتا ہے اس سے دوسرے لوگوں کو مسحور کر کے انہیں اپنے ٹرانس میں لیا جاسکتا ہے۔ اس قسم کی قوت لوگوں میں موجود ہے۔

ایک مرتبہ ایک شخص تیانے لگا کہ وہ امریکہ کے شہر ڈلاس میں گیا، اس نے وہاں ایک آدمی کی شہرت سنی۔ اس کے بارے میں مشہور تھا کہ وہ شخص لوگوں کو اپنے فن سے مسحور کر سکتا ہے۔ مجھے اس شخص کا ٹریڈ براؤن سے دلچسپی پیدا ہوئی۔ میں کسی کے توسط سے اسے ملنے گیا۔ وہ چھوٹے قد کا آدمی تھا۔ مخفی سا تھا وہ بالکل دہلا پتلا تھا۔ اتنا دہلا پتلا کہ سائے کی مانند دکھائی دیتا تھا وہ مجھے بڑے تپاک سے ملا اور ہماری خاطر تواضع کی۔ میں نے اس سے پوچھا کہ آپ نے کس طرح لوگوں کو مسحور کرنے کا فن سیکھا، وہ مسکراتے لگا اور پھر کہا کہ میں نے روحانی علوم حاصل کیے

اور ان کی قوت سے میں لوگوں کو مسحور کر لیتا ہوں۔ مجھے یقین نہ آیا کہ اتنا مختصر سا شخص روحانی علوم پر دسترس رکھتا ہے۔ آہستہ آہستہ وہ مجھے غور سے دیکھنے لگا۔ اچانک مجھے یوں لگا کہ میرا سر چکر لے لگا ہے اور مجھے کچھ پتہ نہ رہا کہ میں کہاں بیٹھا ہوں۔ مجھے یوں لگا کہ جیسے میں اپنا وجود کھو کر کسی نادیدہ قوت کے زیر اثر آ گیا ہوں۔ اور اس کا تابع بن گیا ہوں۔ وہ قوت عامل ہے اور میں معمول ہوں۔

میں غور سے اس آدمی کا ٹر براؤن کی جانب دیکھ رہا تھا اس کے لب بل بہہ نکلے اور میری سماعت سے اس کی آواز طعنا رہی تھی۔ وہ مجھے حکم دے رہا تھا کہ وہ سامنے میز پر خنجر پڑا ہے اسے اٹھاؤ اور اس آدمی کو خنجر مار دو جو تمہارے قریب بیٹھا ہے میرے قریب وہ شخص بیٹھا تھا جو مجھے اس شخص کے پاس لے کر آیا تھا وہ میری بان بچان آدمی تھا۔ عام حالت میں اسے میں کسی حالت میں بھی خنجر مارنے کے لیے تیار نہ ہو سکتا تھا لیکن اس وقت میں اس کے حکم سے روگردانی کی ہمت اپنے اندر نہ پارہا تھا۔ میں بے اختیار اٹھا اور آہستہ آہستہ خواب کی کسی حالت میں چل کر میز کی جانب آ گیا اور وہاں سے خنجر اٹھا کر اپنے ساتھی کی جانب آنے لگا اور اس کی کرسی کے قریب پہنچ گیا۔ میں نے اسے مارنے کے لیے خنجر بلند کیا لیکن دوسرے ہی لمحے مجھے یوں لگا کہ جیسے میں نادیدہ

قوت کے ٹرانس سے نکل گیا ہوں۔ اور اس قوت نے میرے ذہن کو اس وقت سے آزاد کر دیا ہے۔ میں نے ایک جھٹکا سا کھلایا اور مجھے یوں لگا کہ جیسے میں عالم خواب سے بیدار ہو کر سوچنے لگتا ہوں۔ دوسرے لمحے میں اپنے ہاتھ میں خنجر دیکھ کر حیران و ششدر رہ گیا اور اپنے ساتھی کو پریشانی سے دیکھنے لگا۔ وہ گہرائی جوئی آواز میں کہہ رہا تھا: ”کیا بات ہے صبی! کیا تجھے قتل کرنے کا ارادہ ہے؟“

میں چونکا۔ پھر مجھے نہامت اور زبردست شہنشاہی کا زبردست احساس ہوا اور میں خفیہ سا جو کہ میز کی جانب آ گیا اور وہاں خنجر رکھ دیا۔ میں حیران و پریشان تھا کہ یہ مجھے کیا ہو گیا تھا۔ پھر مجھے ایک خیال آیا کہ کار ٹر براؤن نے مجھے مسحور کر دیا تھا اور اپنے ٹرانس میں لے کر مجھے اپنی طاقت کے زیر اثر کر لیا تھا اور مجھے اس کا یہ حکم مجبوراً ماننا پڑا تھا۔ جب میں اپنے ساتھی کو خنجر مارنے ہی والا تھا کہ اس نے مجھے اپنے ٹرانس (افق) سے آزاد کر دیا تھا۔ اس کے پاس مسحور کئے ہوئے ٹرانس (TRANCE) میں لینے کی زبردست طاقت موجود تھی۔

پھر ہم نے اس سے ادھر ادھر کی باتیں کیں اور اس سے اجازت لے کر واپس آ گئے۔ اس قسم کے واقعات سننے میں آئے تھے لیکن اس شخص نے تجربے کی بات بتائی تھی۔ اس کی بات نے

مجھے بے حد متاثر کیا اور میں نے اس واقعے کو رنج کر دیا۔ یقیناً آپ اس سے متاثر ہوئے ہوں گے اور روحانی علوم کی ملاقات کے بارے میں جان گئے ہوں گے۔

روحانی علوم سے کسی کو بھی اپنے ٹرانس میں لایا جاسکتا ہے۔ اسے مسحہ کر کے اس سے اپنی منشا کے مطابق کام لیے جاسکتے ہیں۔ وہ تابع بن کر ہر کام کرنے کے لیے تیار ہو جائے گا۔

## کافی فاصلے سے بھی کسی کو مسح کر کیا جاسکتا ہے

ایک مہر فن شخص جسے روحانی علوم پر دسترس حاصل ہو اور وہ ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) کا مہر ہو، کسی شخص کو ۲۰ کلومیٹر کے فاصلے سے بھی مسح کر سکتا ہے۔ ایک مہر فن کر سکتا ہے کہ پاس ایک شخص آیا اس نے اس سے کہا کہ اس کی بہن لائلہ کو بے خوابی کا مریض ہے۔ اسے نیند نہیں آتی۔ آپ چونکہ روحانی علوم کے مہر ہیں اس لیے میں چاہتا ہوں کہ آپ اس کا روحانی علاج کریں تاکہ وہ مکمل نیند لے سکے۔

اس نے اس کا علاج کرنے کی مانی بھری اور وہ اسی وقت مراقبہ اور عذاب کی کیفیت میں چلا گیا۔ یکسوئی اور ارتکاز توجہ کی حالت میں نے اس کو لائلہ کو ۲۰ کلومیٹر کی دوری سے حکم دیا کہ وہ سونا شروع کر دے۔ اس نے کئی بار اپنے الفاظ دہرائے اور

پھر وہ خاموش ہو گیا اس نے جو کچھ کیا تھا درست عمل کیا تھا۔ اس نے وہیں سے لائلہ کو ملادیا تھا۔ اس شخص نے اپنے گھر فون کر کے پوچھا کہ لائلہ سو گئی ہے یا نہیں۔ اسے مثبت جواب ملا تھا کہ لائلہ اس وقت ایک پرسکون نیند کھڑے لے رہی ہے۔

اس قسم کے کام ٹیلی پیتھی جانے والے کو آسانی سے کئے جاسکتے ہیں۔ ان کے پاس اتنی روحانی قوت آجاتی ہے کہ وہ کسی کو بھی جیب پاویں اپنے ٹرانس (TRANCE) میں لے سکتے ہیں اور اس سے حسب خواہش کام لے سکتے ہیں۔ لیکن اس قسم کے کام اس شخص سے لیے جاسکتے ہیں جو ان کے ٹرانس میں مکمل طور پر آجائے۔ سب ہی لوگ اس ٹرانس میں نہیں آسکتے۔

کچھ لوگ اس طرح ٹرانس میں لانے سے پزل ہو جاتے ہیں۔ وہ ذہنی طور پر گڑبڑا جاتے ہیں۔ چیران پر عمل نہیں ہوتا اور وہ ان کی پڑا سارا قوت کے زیر اثر نہیں آتے۔ بہر حال ہر کسی پر یہ عمل کارگر نہیں ہوتا اور جس شخص پر یہ عمل کارگر ثابت ہو جائے اور وہ مکمل طور پر زیر اثر یعنی ٹرانس (TRANCE) میں آجائے تو اس سے منشا کے مطابق کام لیا جاسکتا ہے اور وہ مدہوش سا ہو کر ان کے لیے ہر کام کر جاتا ہے۔ مخصوص آدمیوں پر اس کا تجربہ زیادہ کامیابی سے ہوتا ہے کچھ لوگ اس عمل کے تحت بے ہوش بھی ہو سکتے ہیں اس لیے یہ تجربہ ہر ایک پر کامیاب ثابت نہ ہوگا۔

لیکن یہ تجربہ کیا جاسکتا ہے کہ ایک شخص دوسرے کی (TELEPATHY) یعنی اوراک ماورائے حواس کا علم جاننے کے بعد اپنی پراسرار قوتوں سے دوسرے شخص کو اپنے ذریعہ تریقہ ٹرانس (TRANCE) میں لاسکتا ہے اور اس نے کام لے سکتا ہے اور دوسرے شخص کے ذہن کو تسخیر کرنے کا باعث بن سکتا ہے کسی کے ذہن کو مسخر کر لینا اس کے لیے ایک معمولی بات ہے۔

اس عمل کو لوگوں کے جموں میں کیا جائے تو بہتر ہے۔ وہاں آسانی سے اپنے اس تجربے کو عملی جامہ پہنا سکتے ہیں۔ ایک شخص سامنے کھڑا ہے۔ آپ اسے غور سے دیکھ کر جھکنے پر مجبور کر سکتے ہیں۔ وہ جھکنے لگے گا۔ بتانا آپ چاہیں گے اتنا ہی جھکتا چلا جائے گا۔ لیکن دوسرے شخص پر یہ تجربہ ناکام بھی ہو سکتا ہے۔ ایک آدمی آپ کی جانب پشت کیے کھڑا ہے۔ آپ اس پر نفوس جما کر اسے اپنی جانب گھومنے پر مجبور کر سکتے ہیں۔ وہ فوراً گھومے گا اور آپ کو غور بن نظر سے دیکھے گا۔ اس کی نظروں میں شدید جیت ہوگی۔

دراصل اس طاقت کو جب آپ آزمائیں گے تو آپ کو یوں لگے گا کہ جیسے آپ کی آنکھوں سے زبردست شعلیں نکل رہی ہیں اور وہ پشت کیے ہوئے کھڑے آدمی کے دماغ کی عقیقی جانب محسوس چلی جا رہی ہیں۔ اچانک وہ شعلیں اس شخص کو پیغام دینے لگیں گی کہ پچھلی جانب گھومو۔ جب وہ آپ کے اس پیغام کو سمجھ لے گا تو فوراً گھوم جائیگا

اس عمل میں شاید کچھ دیر لگ جائے لیکن یہ عمل مکمل ضرور ہوگا۔ اور وہ شخص گھوم کر آپ کو تسخیر کرے انداز میں دیکھنے لگے گا۔ جب آپ اسے پیغام دے رہے ہوں کہ میری جانب گھومو تو آپ کے ذہن میں ایک مضبوط تصور ہو اور گہرا اٹھاک اور پوری توجہ ہو۔ اس طرح آپ کو کامیابی مل جائے گی۔ اور آپ اپنے مقصد میں کامیاب ہوں گے۔ لیکن یہ پراسرار قوت یونہی نہیں ملے گی بلکہ بے شمار کامیاب مشقوں کے بعد حاصل ہوگی اور پھر آپ ترقی کی راہ پر گامزن رہیں گے

جتنی زیادہ جس شخص کی قوت ارادی مضبوط ہوگی اتنی ہی جلدی وہ دوسرے شخص کی ESP پر جاری ہوگا یعنی اس کے حسی اوراک کو جلدی چھوے گا۔ اور اس سے اپنی مرضی کے مطابق کام لے سکے گا۔ اکثر چلتے چلتے کسی شخص کو محسوس ہوتا ہے کہ کوئی اسے پیچھے سے گھور رہا ہے۔ یہ احساس اس کو ESP یعنی حسی اوراک دلانے کا اور وہ پیچھے مڑ کر دیکھنے پر مجبور ہو جائے گا۔ اور جس شخص نے اسے گھوم کر دیکھنے پر مجبور کیا ہے یقیناً اس کی قوت ارادی بیکہ مستحکم و مضبوط ہے اس لیے اس نے اتنی جلدی اسے گھومنے پر مجبور کر لیا ہے اور آپ کا یہ عمل بڑی ہی اثر ہے۔

ان تجربوں میں کامیابی کے بعد آپ لوگوں سے دوسری قسم کے کام لینے پر بھی مجبور کر سکتے ہیں۔ مثلاً آپ کے سامنے کئی اشخاص بیٹھے

ہیں۔ آپ ان میں سے کسی کو ایک ذہنی پیغام دیں گے۔ وہ شخص اس ذہنی پیغام کو محسوس کر کے اٹھے گا اور آپ کے لیے پانی کا گلاس لے کر آجائے گا۔ کیونکہ آپ نے اسے ذہنی طور پر پانی لانے کا حکم دیا تھا یہ آپ کی بہت بڑی کامیابی ہوگی۔

پھر کسی دوسرے شخص کو ممول بنا لیجئے۔ آپ کی آنکھوں سے روشنی کی شعاعیں خارج ہو کر ممول کے ذہن کو اپنی روشنی گزرت میں لے لیں گی۔ اور اسے آپ ان شعاعوں کے بیچ ذہنی پیغام دیں گے۔ اٹھو اور دوسرے کمرے سے تصویر لاکر اسے اس کمرے میں رکھ دو۔ کئی بار آپ اپنے اس پیغام کو دہرائیں گے۔ آخر کار وہ آپ کے اس پیغام کو سن لے گا۔ اور اس پر حروف بحرف عمل کرے گا۔ اور وہ ذہنی آنکھ کی روشنی کے تحت اٹھ کر دوسرے کمرے میں جائے گا اور تصویر کو لاکر اس کمرے میں رکھ دے گا۔ اس طرح آپ کا یہ تجربہ کامیابی سے ممکن ہو گا۔ اس قسم کی ذہنی مشقیں آپ کے ذہن میں ابھرنے والے عکس کو عملی جامہ پہنا سکتی ہیں۔ آپ ذہن کی آنکھ کی روشنی سے جو عکس یا عمل دیکھیں گے پھر آپ اس عکس یا عمل کو دوسرے کے ذہن میں منتقل کر دیں گے۔ اس طرح آپ کا ممول آپ کا وہ حکم جو آپ نے اسے دیا ہے، بجالانے پر فوراً ہو گا اور آپ کی یہ ایک شاندار کامیابی ہوگی۔ پھر آپ ٹیلی پتھی کے علم کی روشنی میں آگے ہی آگے قدم اٹھاتے چلے جائیں گے اور

نئی نئی منازل کو آپ حاصل کرتے چلے جائیں گے اور آپ کو اس علم پر دسترس حاصل ہو جائے گی۔

روحانی علوم کے بارے میں جدید سائنس دانوں

کی تحقیق پر روشنی

ٹیلی پتھی (TELEPATHY) اور تے

سائنسی انداز

روحانی علوم کے بارے میں جدید سائنس دانوں کی تحقیق پر روشنی ڈالنا ضروری ہے۔ ٹیلی پتھی پر سائنس دانوں نے کافی تحقیق (RESEARCH) کی ہے اور کچھ جدید قسم کے انداز قائم کیے ہیں اس قسم کے نئے انداز کے بارے میں آپ کو آگاہ کرنا ضروری ہے ٹیلی پتھی کو آپ ایک سائنسی علم ہی سمجھ لیجئے۔ سائنس دانوں نے اور کئی ماورائے حواس کے بارے میں جو تاثرات دیے ہیں ان کے بارے میں آپ کو ہم تحریری شکل میں بتا رہے ہیں۔

اکثر ایسا ہوتا ہے کہ جب ٹیلی پتھی کے علم کو حاصل کرنے والے کسی بنا پر اپنی مشقوں کو مکمل طور پر جاری نہیں رکھ سکتے یا انھیں

مکمل نہیں کہہ پاتے یا انھیں کامیابی حاصل نہیں ہوتی تو وہ بددلی اور مایوسی کا شکار ہو کر ٹیلی پیٹھی کے علم کی جانب سے مشکوک ہو جاتے ہیں اور وہ سمجھتے ہیں کہ یہ علم ہی نہیں ہے۔ یہ علم صرف ادویاء کے پاس ہی ہو سکتا ہے۔

حالانکہ یہ بات نہیں ہے اس علم کو حاصل کیا جاسکتا ہے مگر اس کی طرف پوری توجہ دینے کی ضرورت ہے۔ اس کی مشقتوں میں کامیاب ہونے کے لیے ارتکاز توجہ اور یکسوئی کی ضرورت ہے ہم اس کا بار بار ذکر کر چکے ہیں۔ آدمی کیا نہیں کر سکتا۔ سب کچھ کر سکتا ہے مشکل سے مشکل کام کر کے اپنے مقاصد کو پاسکتا ہے لیکن ان مقاصد کو پانے کے لیے کھٹن مراحل اور خاردار راستوں سے گزرتا پڑتا ہے۔ تب کہیں جا کر منزل ملتی ہے۔

اپنے اندیشوں کی قوت پیدا کریں اور اعتقاد کو چٹانوں کی طرح مضبوط و مستحکم کر لیں۔ پھر یکسوئی اور ارتکاز توجہ کے ساتھ مشقتوں کو شروع کر دیں۔ اور ایک تنگ اور تنہا کمرے کو اس کام کے لیے منتخب کریں۔ کسی قسم کی بددلی، رکاوٹ اور فکر کو اپنے قریب نہ آنے دیں۔ بے خوفی سے اپنی مشقتوں کے عمل کو جاری رکھیں آپ ایک روز ضرور کامیابی سے ہمکنار ہوں گے۔

ٹیلی پیٹھی کے علم کے بارے میں ہم آپ کو اس کے بنیادی اصول بتا چکے ہیں۔ انھیں جان کر آپ عمل کریں۔ کامیاب ضرور ہوں گے۔

## چھٹی حس (ESP) کے مفادات

مشہور ترین ماہر نفسیات شیلڈن سکار کوہم یہاں (QUOTE) کوٹ کرتے ہیں اس کا فرمان ہے کہ چھٹی حس (ESP) سے آگاہی ایک بہترین علم ہے اس سے بے شمار مفادات حاصل کیے جاسکتے ہیں وہ کہتا ہے کہ آپ میز پر رکھے ہوئے سنگتے (ORANGE) کو غور سے دیکھیں اور اس پر اپنی نگاہوں کا ارتکاز کر دیں۔ پتھری جی دیر کے بعد آپ کو یوں لگے گا کہ جیسے اس کا رنگ آپ کے ذہن میں لہر لہہ لگا ہے اور سنگتے کا عکس ذہن میں صاف اور واضح نظر آنے لگے۔ اس طرح آدمی بھری عکس میں سنگتے کو واضح حالت میں دیکھتا ہے اور پوری طرح سمجھتا اور محسوس کرتا ہے۔

یہ بات ہمیں معلوم ہے کہ سنگتے کمرے میں سلنے میز پر رکھا ہے اور وہ ہمیں دکھائی دے رہا ہے۔ بھری عکس میں بھی وہ نظر آ رہا ہے اگر ہم اپنی ذہنی قوتوں پر زیادہ غور سے دیں تو ہم اپنے بھری عکس میں سینکڑوں میل دور رکھے سنگتے کو بھی دیکھ سکتے ہیں۔ ہمارا بھری عکس اس روشنی میں اسے ہمارے دماغ میں واضح اور صاف کر سکتا ہے۔ اس کا روشن عکس ہمیں دکھائی دے گا۔ اور ہمیں کسی قسم کی الجھن محسوس نہ ہوگی۔ یہ ہمارا حسی اور ایک (ESP) ہو گا یعنی چھٹی حس میں سب کچھ دکھائے گی۔ چھٹی حس کا تعلق روحانی



علم سے ہے جو زبردست ذہنی قوتوں کو استعمال کرنے سے حاصل ہوتا ہے۔ ذہن کی آنکھ سے جب ہم دور دراز فاصلے کی کسی چیز کو دیکھتے ہیں تو اسے چھٹی جس کا کرشمہ کہا جائے گا۔

ذہنی رابطہ ٹیلی پیتھی کے نئے سائنسی

تجربات

ایک دماغ کے ذہنی خیالات کو دوسرے ذہن میں منتقل کرنے کو ٹیلی پیتھی کے علم کے نام سے پکارا جاتا ہے مگر اس کا تعلق ذہنی ادراک کی قوت سے ہے۔ ذہنی عکس کو دوسرے عکس میں منتقل کرنا ٹیلی پیتھی کہلاتا ہے۔

اگر آپ کا ضمیر روشن ہے اور آپ غیب دان ہیں۔ اس علم کو آپ نے جس طرح بھی حاصل کیا ہے اور آپ غیب دانی کا علم جانتے ہیں تو اس علم کو بھی (ESP) کہا جاتا ہے۔ روشن ضمیری اور غیب دانی کا علم اسی روحانی قوت سے متعلق ہے اسے آپ ٹیلی پیتھی کا نام تبدیل کہہ سکتے ہیں لیکن یہ علم ایک ہی کہلاتا ہے۔ غیب دانی کے علم کو انگریزی میں (CLAIRVOYANCE) کہتے ہیں اور اس علم کو بڑی محنت مشکل اور شقت سے حاصل کیا جاتا ہے۔ یہ علم بھی ذہنی رابطے کی طرح کا ہی علم ہے۔ اس علم سے مستقبل بینی کی جا سکتی ہے۔ جب آپ کو

کوئی شخص یہ بتلائے گا کہ میں ذہنی آنکھ کی روشنی میں دیکھ رہا ہوں کہ آپ کی نڈیاں شے وہاں رکھی ہے تو آپ بان میں گئے کہ اس شخص کو غیب دانی کا علم (CLAIRVOYANCE) آتا ہے اور وہ مستقبل کے بارے میں بتا سکتا ہے۔ اس کے بتائے ہوئے آنے والے واقعات اور حادثات حقیقت پر مبنی ہو سکتے ہیں۔

قریبی روحانی رابطہ

اگر کسی کے جڑواں بچے ہیں تو ان میں بڑا ہی قریبی روحانی رابطہ ہوگا اور روحانی طور پر وہ ایک دوسرے سے منسلک ہوں گے۔ ٹیلی پیتھی ایک ذہن سے دوسرے ذہن کو خیالات منتقل کرنے کا نام ہے لیکن آپ کا ضمیر روشن ہو جائے تو آپ روشن ضمیری کے ذریعے اس طرح کی قوت جو کہ ٹیلی پیتھی سے حاصل ہے ملے سکتے ہیں۔ یعنی صرف روشن ضمیری آپ کو اس قسم کی قوت عطا کر سکتی ہے۔ آپ جس قسم کی اطلاع کے بارے میں ماننا چاہتے ہیں وہ روشن ضمیری آپ کو ملے گی۔ کسی کے ذہن سے رابطہ کر کے آپ کو معلوم نہ کرنا پڑے گا۔ اور یہ آپ کی بہت بڑی کامیابی ہے۔

دراصل بات یہ ہے کہ جڑواں بچوں کے ذریعے یا دوسرے جہانی بہنوں کے ذریعے ایک دوسرے سے ذہنی رابطہ قائم رہتا ہے اور یہ ایک فطری طور پر روحانی تعلق ہوتا ہے۔ انہیں روحانی رشتے

کہا جاتا ہے ان سے ذہنی رابطہ قائم رہتا ہے۔ آپ نے کئی بار محسوس کیا ہوگا کہ اگر آپ کے کسی خونی رشتے دار کے ساتھ کوئی حادثہ ہو جائے تو آپ کے ذہن میں خطرے کا الارم سا بجنے لگے گا۔ اور آپ کی حسیات میں ایک عجیب سا عمل ہوگا۔ اس عمل کو خطرے کا الارم کہا جاتا ہے۔ کچھ دیر یا کافی دیر بعد آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ آپ کے کسی خونی رشتے دار کو حادثہ پیش آیا۔ یہ روحانی قریبی ذہنی رابطہ کہلاتا ہے۔ جڑواں بچے اس رابطے کو دوسروں کی نسبت شدت سے محسوس کرتے ہیں کسی بھی منجلی کا رابطہ روحانی اور ذہنی طور پر ایک دوسرے سے ہے گا۔ حال ہی میں ایسا تجربہ کیا گیا۔ ایک کتیا کو سینکڑوں میل دور بیچ دیا گیا اور اس کے بچوں کو ہلاک کر دیا گیا۔ اسے وہاں ہی معلوم ہو گیا کہ اس کے بچے اس سے ہمیشہ کے لیے جدا کر دیے گئے۔ دو بڑے دلاویز آواز میں رونے لگی تھی اور غم کے لوفان نے اس کے جسم کو متھو دیا تھا اور اس کا ذہن غم کی شدت سے اقل پقل ہو گیا تھا۔ ایک مشین کے ذریعے یہ سب کچھ معلوم کیا گیا۔ یہ ایک سائنسی تجربہ اور نیا انداز تھا۔ جو کہ کامیابی سے چکنا ہوا۔ اور اس جذبے نے منجلی کے ذہنی اور روحانی رابطوں کی تصدیق کی۔ بھائی بہن، ماں باپ، بیوی اور شوہر سے ایک ذہنی اور روحانی رابطہ قائم رہتا ہے جو کہ ایک فطری امر ہے۔

## اعصابی کشیدگی ٹیلی پیٹھی کے علم سے دور رکھتی ہے۔

اگر کوئی شخص اعصابی کشیدگی کا شکار ہے تو وہ ٹیلی پیٹھی کی مشقوں کو نہ کرے کیونکہ ٹیلی پیٹھی کی مشقوں کے لیے کیسوی، تنہائی اور ارتکاز توجہ کی ضرورت ہے۔ جو آدمی اعصابی کشیدگی اور ذہنی بخل کا شکار ہوگا وہ اس عمل کو پورے طور پر نہ بنا سکے گا اس لیے اسے اس عمل سے نقصان پہنچ سکتا ہے۔

اس صورت میں بہتر ہے کہ وہ اس عمل سے دور رہے اور ٹیلی پیٹھی (TELEPATHY) کے علم کو جاننے کے لیے کوئی مشق نہ کرے ورنہ اسے کسی قسم کا مرض لاحق ہو سکتا ہے اور وہ ہمیشہ کے لیے ذہنی طور پر بھی ناکارہ ہو سکتا ہے۔

ٹیلی پیٹھی کا تعلق آدمی کے ذہن اور روح سے ملتا ہے اور اس تعلق کو اسی وقت مکمل طور پر سمجھا جاسکتا ہے جبکہ آدمی پوری کیسوی سکون، توجہ اور اطمینان کے ساتھ اس علم کی مشقوں کو کرے ورنہ اسے مثبت نتیجے کی بجائے منفی نتیجہ ملے گا۔ اور ان مشقوں کا انجام اس آدمی کے لیے کسی طرح کے نقصان یا بیماری (DISEASE) پر منتج ہوگا۔ اس لیے اس علم کو سیکھنے کے لیے ارتکاز توجہ اور انتہائی

یکسوئی کا ہونا لازمی ہے۔ اگر آدمی کو یہ اشیا ذمہ نہیں ہیں اور ان عوامل تک وہ پہنچ نہیں سکتا تو یہی ہیبتی کی کوئی مشق نہ کرے۔ ورنہ بصورت دیگر بڑے حالات (BAD PACH) سے دوچار ہو سکتے ہیں۔ ان بڑے حالات میں اس کی موت بھی واقع ہو سکتی ہے۔ مشقوں کو کرنے کے لیے جذباتی، بیجانی کیفیت سے اپنے ذہن کو بچا کر ان مشقوں کو کرنا ہو گا۔ تب ہی آپ اچھے نتائج حاصل کر سکتے ہیں۔

سائنسدانوں نے ایک مشین (ELECTREN EPHALO -

(-GRAPH) یعنی (E.E.G.) ایجاد کی ہے جس کے ذریعے اس قسم کے تجربات کیے جاسکتے ہیں۔ اس مشین سے ذہنی لہروں کا اتار چڑھاؤ یعنی نشیب و فراز ریکارڈ کیا جاتا ہے۔ آپ نے دیکھا ہو گا کہ جس طرح بجلی کی لہروں سے ٹیلی ویژن کی سکرین پر تصویر بنتی ہے اسی طرح ذہنی اتار چڑھاؤ کے ذریعے ذہن میں جو عکس ہوتا ہے وہ واضح طور پر اس مشین پر صاف اور شفاف حالت میں آ جاتا ہے۔ یہ عکس ذہنی لہروں سے بنتا ہے۔ اس مشین کی سکرین پر ذہنی لہروں (BRAIN WAVES) کا عکس صاف اور واضح دکھائی دیتا ہے۔ یہ ایک بہت بڑی ترقی اور کامیابی ہے۔

## برقی اشارے

(ELECTRIC SIGNALS)

## اور برقی لہریں

(ELECTRIC WAVES)

سائنسی تجربات سے معلوم کیا گیا ہے کہ ساٹھ کوہینس کی طاقت جو کہ بہت ہی حیرت انگیز ہے بہت کم آدمیوں میں پانی جانی ہے۔ اس قوت سے حیرت انگیز اور شدید تاثیر پیدا کرنے والے کمالات دکھائے جاسکتے ہیں۔ اس سے چیزوں کو حرکت دی جاسکتی ہے۔ گلاس کو متحرک اور نفا میں معلق کیا جاسکتا ہے۔ روپے کے سکے کو گھمایا پھرایا جاسکتا ہے۔ پانی کی بالٹی کو حرکت دی جاسکتی ہے۔

سابقہ اوراق میں ہم اس قوت کا ذکر کر چکے ہیں۔ یہ حیران کن نینے والی قوت ہے اور اس قوت کے ذریعے اشیا کو حرکت میں لایا جاسکتا ہے۔ اس قوت کو بڑا کر اس سے بھی زیادہ طاقتور بنایا جاسکتا ہے۔ اس کے ذریعے پھر بھاری بھاری چیزوں کو حرکت میں لایا جاسکتا ہے۔ ایک بڑے پتھر کو آپ نظروں سے اٹھا کر دوسری جگہ رکھ سکتے ہیں لیکن اس قوت کو بڑھانے کی مشق آہستہ آہستہ ہی

ہوتی ہے اور پھر ایک وقت ایسا آتا ہے جب آدمی اس قوت کو استعمال کرنے کے لیے مکمل مہارت حاصل کر لیتا ہے اور مابہر بن جاتا ہے اور بڑی ذہنی چیزوں کو ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جاسکتا ہے۔

گزشتہ جوئے زمانے میں انسان اس قوت کو جادو ٹوٹے اور سحر سے تعبیر کرتے تھے لیکن آج کے زمانے میں سائنس نے اس قوت کو اجاگر کر کے کہا ہے کہ انسان کے اندر یہ قوت موجود ہے لیکن اسے بہت کم انسان حاصل کر پاتے ہیں۔ جو اس قوت کو حاصل کر لیتے ہیں وہ بڑا نام اور شہرت پاتے ہیں اور انھیں ماہرین کہا جاتا ہے اور ان کے پاس یہ بہت بڑی قوت آجاتی ہے۔ جو لوگ اس قوت سے بڑے کام لیتے ہیں انھیں شیطان کہا جاتا ہے اور جو لوگ اس سے نیکی کے کام لیتے ہیں انھیں فرشتہ سیرت انسان کہا جاتا ہے۔

بہر حال یہ پیچیدہ زبردست قوت ہے اس قوت کو جس کا نام (PSYCHOKINESIS) سائیکو کینسس ہے اسے مختصر نام (PK) سے پکارتے ہیں اس سے انسانی جسم میں نمایاں تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں۔

ذہن کی حالت اور کیفیت کو معلوم کرنے کے لیے الیکٹروڈ (ELECTROD) سر پر لگانے پڑتے ہیں یہ ایک سائنسی تجربہ ہے

اس کے ذریعے ذہنی اتار چڑھاؤ کی لہروں کا پتہ معلوم ہوتا ہے۔ اور برقی اشارے (SIGNALS) ریکارڈ ہوتے ہیں۔

اس سے یہ نتائج برآمد کیے گئے ہیں کہ ذہنی لہروں میں انتہائی شدت پیدا ہو جاتی ہے اور آدمی کی نبض کی رفتار ایک منٹ میں ۲۳۸ یا ۲۳۹ تک جا پہنچتی ہے اور جسم شدید شفق اور کوہری محسوس کرنے لگتا ہے اور اسے برواقت کرنا مرادی کے لیے ممکن نہیں ہے اسے بہت ہی طاقتور آدمی برداشت کر سکتا ہے۔

بہی وجہ ہے کہ ہر کوئی شخص P.K. کی قوت حاصل نہیں کر سکتا ہزاروں لاکھوں میں چند انسان ہی اس قوت کو پا سکتے ہیں۔ یہ ایک بہت عظیم قوت ہے۔ ایشیا میں ست پال نامی اور ابراہیم نامی آدمیوں کو یہ قوت (P.K.) حاصل ہے جو انھوں نے کھن مخت اور جان لیوا ریاضت کے بعد حاصل کی ہے اور انھوں نے اس قوت کا مظاہرہ کر کے پوری دنیا کو حیرت زدہ کر دیا ہے۔ یورپ میں بھی چند آدمیوں نے اس قوت کو پایا ہے۔

## جسم سے روح کے الگ ہونے کے لمحات

ایسے لوگ موجود ہیں جنہوں نے خواب میں ایسے لمحے گزرے ہیں کہ وہ ہوا میں اڑ پڑے ہیں اور کسی بڑے پرندے کی طرح اڑنے پھلنے جا رہے ہیں۔ فضا میں پرواز کر رہے ہیں۔ دراصل وہ خود نہیں بلکہ

ان کی روح پرواز کر رہی ہوتی ہے۔ سائنس نے اس قسم کی پرواز کو تسلیم کر لیا ہے۔ روح کے جسم سے الگ ہونے کو وہ مان گئے ہیں کیونکہ اس قسم کے تجربات وہ کر چکے ہیں۔ مثلاً کسی آدمی کے دل کا آپریشن ہو رہا ہے تو وہ لمحہ ایسا ہوتا ہے کہ روح جسم سے الگ ہو جاتی ہے اور دوبارہ پھر اس جسم میں داخل ہوتی ہے۔ اسی قسم کے کئی دوسرے آپریشن کے سائنسدان یہ معلوم کر چکے ہیں کہ روح جسم سے الگ ہو کر دوبارہ جسم میں آ جاتی ہے۔ اور ان لمحات کو انھوں نے شدت سے محسوس کیا ہے۔ روح پرواز کرتی ہے۔ کنٹرولوں نے نیند یا غنودگی کی حالت میں اس کیفیت کو محسوس کیا ہے کہ ان کے جسم سے روح نکل کر پرواز کر رہی ہے اور وہ اپنے جسم سے باہر اگر سب کو دیکھ رہے ہیں۔ اس روح کی پرواز کو انگریزی میں (DOOBEE) کہا جاتا ہے۔ اور یہ ممکن ہے۔ لیکن پھر دوبارہ یہ روح جسم میں داخل ہو جاتی ہے۔

اگر آپریشن کامیاب نہ ہو تو روح دوبارہ جسم میں داخل نہیں ہوتی اس لیے وہ کوئی مر جاتا ہے جس کا آپریشن ناکام ہوا ہے دراصل روح ہی زندگی ہے۔ روح کے بغیر جسم مٹی کا ڈھیر ہے۔ حیات بعد الموت کے حقائق کے لوگوں کا کہنا ہے کہ روح ہمیشہ زندہ رہتی ہے جسم فنا ہو جاتا ہے مگر روح فنا نہیں ہوتی۔

خواب میں لوگ کبھی کبھی پرواز کا منظر دیکھتے ہیں کہ وہ فنا میں اڑ رہے ہیں اور اپنے احباب کو دیکھ رہے ہیں۔ اسے آپ صبح کی پرواز یعنی (DOOBEE) کہہ سکتے ہیں لیکن اس قسم کے خواب بہت ہی کم لوگ دیکھتے ہیں۔

## جانوروں میں چھٹی حس کا ادراک

جانوروں میں چھٹی حس کا ادراک زیادہ ہوتا ہے۔ جنگلی جانور اپنے لیے خطرے کو بلندی محسوس کر لیتے ہیں۔ چھٹی حس انھیں آگاہ کر دیتی ہے اور وہ کسی درندے یا شکاری سے بچنے کے لیے بھاگ کھڑے ہوتے ہیں اس طرح وہ چھٹی حس کے ذریعے اپنی جان بچانے کے لیے بھاگنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں۔ یعنی قابو میں آ جاتے ہیں۔ اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ انھیں چھٹی حس نے تباہ نہیں انھیں چھٹی حس نے آگاہ نہ کر دیا ہے لیکن وہ رابطے ہی میں قابو آ جاتے ہیں۔ بھاگتے ہوئے کوئی درندہ انھیں دبوچ لیتا ہے یا وہ کسی شکاری کے ہتھے چڑھ جاتے ہیں۔

آدمی چھٹی حس کو پانے کے لیے مشفق کرتا ہے۔ آخر ایک روز وہ اس سے کام لینے کے قابل ہو جاتا ہے اور خطروں سے آگاہ ہونے کا ادراک اس میں پیدا ہو جاتا ہے اور وہ پھر اس لمحات سے بہت سے مفادات حاصل کرتا ہے اس چھٹی حس کے ادراک کو (E.S.P.) کا نام

دیا گیا ہے اور یہ بڑا ہی کارآمد علم ہے۔

ان باتوں سے یہ نتیجہ نکلتا ہے کہ دوسرے روحانی علوم اور ٹیلی پیٹھی کا علم بطور ایک حقیقت کے ہیں لیکن انھیں پانے کے لیے کچھ ریاضت، محنت و مشقت اور بے حد جدوجہد کرنا پڑتی ہے اور دشوار گزار راستوں سے گزر کر ان علوم کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔ جدید سائنس ان پر تجربات کر رہی ہے اور ان کی تحقیق جاری ہے۔ اور وہ ہر روز نئے نئے انداز ٹیلی پیٹھی کے علم کو دے رہے ہیں۔ نئے نئے رجحانات بخش رہے ہیں۔ جنہیں اپنا کر ٹیلی پیٹھی کے علم کو حاصل کیا جاسکتا ہے لیکن انھیں اچھی طرح جاننے اور سمجھنے کی ضرورت ہے۔ ان کی مابیت کو سمجھ کر ہی کامیابی مل سکتی ہے۔

## نیم خوابی کی حالت

اکثر اوقات ایسا ہوتا ہے کہ نیم خوابی کی کیفیت اور حالت میں آدمی کو ایک جھٹکا سا لگتا ہے اور وہ بیدار ہو جاتا ہے اور چونکہ ادھر ادھر دیکھنے لگتا ہے مگر اسے وہاں جھٹکا دینے والا کوئی نہیں ہوتا۔ دراصل آدمی کی یہ کیفیت اس وقت ہوتی ہے جب کبھی برقی طاقت ذہن سے نکل جاتی ہے۔ مطلب یہ کہ برقی توانائی کا اخراج ہو جاتا ہے۔

بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ آپ خواب میں محسوس کرتے ہیں کہ آپ کے جسم سے روح نکل کر پہواڑ کر رہی ہے یا کبھی آپ کو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ آپ بیڈ (BED) سے نیچے گرنے والے ہیں یا گر رہے ہیں۔ نیند میں آپ چونک چوک جاتے ہیں ان سب باتوں کا تعلق برقی توانائی کے ذہن سے اخراج سے ہے۔ سائنس نے اس حالت کا نام (MYOCLONIC JERK) رکھا ہے۔ اس قسم کی کیفیت سے قریب قریب ہر انسان ہی دوچار ہو جاتا ہے۔

## سائنس اور ٹیلی پیٹھی کا تعلق

سائنس دان اس علم ٹیلی پیٹھی (TELEPATHY) کے بارے میں جدید انداز میں تحقیق کر رہے ہیں اور دنیا کو ان سے آگاہ کر رہے ہیں۔ سائنس نے یہ بتایا ہے کہ ٹیلی پیٹھی روحانی علم کی ایک شاخ ہے اور اسے حاصل کیا جاسکتا ہے اس لیے وہ اس علم پر نئے نئے تجربات کر کے لوگوں کو اس کے تاثرات کے بارے میں آگاہ کر رہے ہیں۔ سائنس اور ٹیلی پیٹھی کا تعلق چولی دامن کا ہے۔ سائنس کے بنیادی اصولوں کو ہی اپنا کر انسان اس دور میں آیا ہے اور مادی چیزوں کی مابیت پر مہر حاصل کیا ہے اور آج ایک زبردست کامیاب سائنسی دور سے گزر رہا ہے۔ سائنس کے ذریعے ٹیلی پیٹھی کے علم میں مہارت اور عبور حاصل کیا جاسکتا ہے۔

لیکن اس عمل کو بیدار محنت و مشقت، جدوجہد اور مشکلات سے گزر کر ہی کیا جاسکتا ہے۔ یہ بیدار محنت طلب عمل ہے اس کی مشقتیں بڑی کٹھن اور زبردست ہیں۔ انہیں کامیابی سے پورا کرنا، بچوں کا کھیل نہیں ہے۔

اس علم کو پانے کے لیے محض کتابوں کا مطالعہ ہی کچھ نہیں ہے اس عمل کو عملی تجربات سے حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اس قسم کے کام چند گھنٹوں اور کچھ دنوں میں نہیں ہو جاتے ان کے لیے کافی عرصہ درکار ہوتا ہے۔ برس برس میں بھی لگ سکتے ہیں۔ یہ آپ کی قوت اور توانائی پر منحصر ہے کہ آپ کتنی یکسوئی اور ارشاد توجہ سے اس علم کو سیکھتے ہیں اور کتنی محنت اسے پانے کے لیے کرتے ہیں۔

اس علم کو خود اعتمادی کے بغیر حاصل نہیں کیا جاسکتا۔ اگر کوئی مشق آپ کا مہمان سے نہیں کر سکے تو اس کے بعد یاروں نے یا دل برداشتہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ بلکہ یہ آپ سوچیں کہ آپ سے کس قسم کی غلطی ہوئی ہے اور کہاں نامی رہ گئی ہے۔ آپ نے اس مشق کے درمیان کونسا غلط اصول اپنایا ہے۔ اگر آپ اس غلطی کو پالیں تو دوبارہ مشق کر کے اس غلطی کا اعادہ نہ کریں اس طرح آپ کامیاب مشق کر سکتے ہیں اور پھر مشق کرنے میں کامیابی حاصل کر سکتے ہیں۔ اپنے اندر خود اعتمادی پیدا کیجیے تب ہی آپ اس علم کو

حاصل کر سکتے ہیں۔

## حق و صداقت کی راہ پر گامزن

ٹیلی پیٹی کے علم کو جاننے کے لیے اپنے کردار کی بھی اصلاح کرنی چاہیے۔ اگر آپ اپنے کردار کو بہتر بنائیں تو اس علم کو بہتر طور پر جان سکتے ہیں آپ کو ہمیشہ حق و صداقت کی راہ پر گامزن رہنا چاہیے دوسروں کے کام آنا چاہیے۔

انسانیت کی خدمت دل و جان سے کرنی چاہیے ایسی خود کار نہ استعمال کیجیے جس سے بُرے تصورات اور شہوانی جذبات آپ کے دل و دماغ میں پیدا ہوں۔ اپنے دماغ کو پاک صاف رکھیے اور اپنے جذباتوں میں پاکیزگی پھیلانیے۔ دفاع عامہ کے کام کیجیے۔ صبح سویرے اٹھ کر غسل کرنے کے بعد اللہ کو یاد کیجیے اور اچھی کارکردگی کرنے کے بارے میں دعا مانگیے۔ اور پھر ناشتہ کرنے کے بعد اپنے روزمرہ کے کاموں میں مصروف ہو جائیے۔ ٹیلی پیٹی روحانی تنہا کو کہا جاتا ہے یعنی روحانی طور پر ایک ذہن دوسرے ذہن سے ٹیلی پیٹی کے ذریعے رابطہ قائم کرتا ہے۔ اور ایک ذہن دوسرے ذہن سے باتیں کرتا ہے۔ ترسیل خیالات کرتا ہے اس علم کو جاننے کے لیے بہتر کردار، یکسوئی اور ارتکاز توجہ کی اشد ضرورت ہے۔ اور اس کی مشقتیں کرنے کے لیے ایک تنہا اور تنہائی سے پُر



ماحول چاہیئے۔

علمِ نبیلی پختی انسان کی روحانی قوت کا وہ پیڑاڑ ہے جہاں اگر آدمی اپنے ذہن سے دوسرے کو پیغامات دے سکتا ہے اور اس سے روحانی تعلق اور رابطہ قائم نہ کر سکتا ہے۔ آپ اس وقت ہی اس روحانی ذہنی رابطے کی بلند منزل پر پہنچ سکتے ہیں جبکہ آپ کو مکمل سکون، یکسوئی اور اطمینان حاصل ہو۔ آج کی دنیا کو سائنس نے بے شمار شےیں دی ہیں جن کے ذریعے آدمی مفادات حاصل کر رہا ہے۔ اور مادی اشیاء پر کنٹرول کر رہا ہے اور اس طرح بنی نوع انسان کی خدمت کر رہا ہے۔ کروڑوں انسانوں کے لیے سائنس روزگار فراہم کر رہی ہے اور دن رات اسی تک وہ وہیں مصروف ہے کہ انسان ترقی کرے اور ملک و قوم کی خدمت بہتر طریقوں سے کر سکے۔

## آپ اپنے آپ کو ہلکا پھلکا محسوس کریں

آپ اتنی یکسوئی اور ارتکاز توجہ حاصل کریں کہ آپ اپنے آپ کو بالکل ہلکا پھلکا محسوس کرنے لگیں اور آپ کو سکون اور اطمینان حاصل ہو۔ پھر آپ ایک تنہا کمرے میں جا کر مشق جاری کریں آپ کو کامیابی ملے گی۔ اپنے کردار اور نفس کو درست رکھنے سے آپ اس علم کو جلدی پا سکتے ہیں۔ اپنی روح اور جسم کو پاکیزہ رکھیے اور ایسے کام

میں پختی کے لئے افلاز  
کیجئے جس سے کسی کی دل شکنی نہ ہو یا کسی انسان کو نقصان نہ پہنچے۔  
بس ایسے کام کیجئے جس سے بنی نوع انسان کو فائدہ پہنچے اور وہ آپ کی تعریف کریں۔

## خیالات کو پاکیزہ رکھیے اور جذباتی بلبل سے دور رہیے

خیالات کو پاکیزہ رکھیے اور جذباتی بلبل سے دور رہیے۔ اس قسم کے جذباتوں کو دل میں ہرگز جگہ نہ دیں جو آپ کو شیطانی قوتوں کی جانب لے جائیں۔ جس مذہب یا عقائد سے بھی آپ کا تعلق ہو۔ خدا سے سب انسانوں کی بھلائی اور اپنی بہتری اور اصلاح کے لیے دعا مانگیے اور دوسروں کے ساتھ انصاف کا برتاؤ کیجیے۔ کسی کی حق تلفی نہ کیجئے۔ اور ہر قسم کی لذت سے دور رہنے کی کوشش کیجئے۔ اور اپنی خواہشات کو ختم کرنے کی کوشش کیجئے۔ اور اپنے نفس کو ایسے اگر آپ نفس کے غلام بن گئے اور خواہشات کی تکمیل کے زیر اثر رہے تو آپ کبھی کامیابی حاصل نہیں کر سکتے۔ جو آدمی اپنی غلط خواہشات اور نفس کو ختم نہیں کر سکتا وہ کیا ترقی کر سکتا ہے۔ اس کے لیے کامیابی اور کامرانی ممکن نہیں رہتی۔ ایسی خوراک کھائیے جو آپ کے اندر ہوسِ جذبات پیدا نہ کرے۔ سفلی جذبوں سے بچئے۔ شہوانی خیالات

سے دور رہیے۔ ایسی مخلوق میں نہ پائیے جہاں آپ کے شہوانی جذبے ابھریں اور آپ کو جنسی اختلاط کی جانب راغب کریں۔ جب آپ اپنے اندر کی لالچ کو ختم کر دیں تب آپ ٹیل پتی کی ہر مشق کو کامیابی کے ساتھ کر سکیں گے۔ صرف اتنا کھائیے جسے روح اور جسم کا رشتہ قائم رہ سکے اور کھانوں کی لذت اور مزے کی جانب توجہ نہ دیجیے۔ بس یہ سمجھ لیجیے کہ جو کچھ آپ کھا رہے ہیں محض زندہ رہنے کے لیے ہے، تاکہ لطف اٹھانے اور گھبراہٹ اٹانے کے لیے۔

بڑے لوگوں سے بچیں، اچھے لوگوں میں بیٹھیں۔ ان سے اخلاقی سبق سیکھیں۔ اخلاقیات کی جانب توجہ دیجیے۔ اس طرح آپ اپنی سلی خواہشات اور نفس کی غلط راہ کو ختم کر سکیں گے اور پاکیزہ رہیں گے۔ لوگوں کے ملکن کام کرتے رہیے اس طرح آپ کو احساس ہوگا کہ آپ نیکی کر رہے ہیں اور یہ احساس آپ کی روح کو ہشاش بشاش رکھے گا۔ اور آپ میں آگے بڑھنے کی ہمت پیدا ہوگی اور آپ ارتکاز توجہ، یکسوئی، سکون اور اطمینان کو جلدی حاصل کر سکیں گے جو کہ ٹیل پتی کے علم کو جاننے کے لیے بنیادی چیز ہے اور آپ کے لیے ہر منزل پر یہ بنیادی اصول مدد و معاون ثابت ہوگا اور جب آپ کو یکسوئی اور سکون کی نعمت مل گئی تو پھر آپ اپنی مشقوں کو آسانی سے جاری رکھ سکیں گے اور نئی نئی کامیابیاں حاصل کر

سکیں گے۔

## صلاحیتوں، قوتوں اور توانائیوں کو ضائع نہ کرنا چاہیے

جو لوگ صلاحیتوں، قوتوں اور توانائیوں کو فغول اور گندے کاموں میں صرف کرتے رہتے ہیں۔ وہ زندگی میں کبھی صلاح مقام نہیں پاسکتے۔ اپنی زندگی کی صلاحیتوں، اہلیتوں، قوتوں اور توانائیوں کو اچھے کاموں میں صرف کرنا چاہیے۔ انسانیت کی خدمت کو اپنی زندگی کا شعار بنالینا چاہیے۔ اس طرح آپ مطمئن اور پرسکون رہیں گے اور آپ ناکامیوں کا کبھی شکار نہ ہو سکیں گے۔ انسانوں کی خدمت کرنا نیکی کا اصل کرنا ہے۔ نیکی کرنے سے انسان اعلیٰ و ارفع اقدار سے روشناس ہوتا ہے۔ اور لوگ اس کی عزت کرتے ہیں۔ اس سے محبت کرتے ہیں اور محبت بگم خدا ہے جس دل میں خدا کا ڈر ہے اسے محبت کے جذبات سے بریز ہو کر نئی نوع انسان سے محبت کرنی چاہیے اور دوسروں سے محبت بھرے جذبے وصول کرنے چاہئیں۔

اس طرح انسان نیکیوں کی معراج کو چھو لیتا ہے اور ایک فرشتہ سیرت آدمی کا روپ دھار لیتا ہے۔ اسے لوگ وقار، عزت اور

احترام کی نگاہوں سے دیکھتے ہیں اور اسے مناظرے کا ایک اچھا فرد سمجھتے ہیں اور اس کی خدمت کرنا میں فریضہ سمجھتے ہیں۔ وہ شخص لوگوں میں بڑے عزیز شخصیت کی حیثیت اختیار کر لیتا ہے۔ امید کے چراغ کو ہمیشہ دل میں روشن رکھنا چاہیے اور اس کی روشنی میں بڑھ چڑھ کر ایسے کارنامے سرانجام دیتے چاہئیں جو ملک و قوم اور بنی نوع انسان کے مفاد میں ہوں۔ اور لوگ ان کارناموں سے فائدہ اٹھائیں اور خوشحال ہوں۔ انسان کو نڈر ہو کر ہر کام کرنا چاہیے اور اس کے منہ کو خدا پر چھوڑ دینا چاہیے۔ اس طرح خدا خوش ہو کر اس کو اچھا نتیجہ دیتا ہے اور اس کی کوششوں کا درست اور صحیح اجر اسے ملتا ہے۔

## نامساعد حالات کا مقابلہ سیدہ سہر ہو کر کرنا چاہیے

آپ کسی طرح سے اگر نامساعد حالات میں گھر جائیں تو ان کا مقابلہ سیدہ سہر ہو کر کریں اور اپنے حالات کو سنوارنے کے لیے ڈٹ جائیں۔ ایک عزم، حوصلہ، بہمت اور دلیری کا مظاہرہ کریں۔ لیکن اپنے دل میں دوسروں کے لیے نرمی اور محبت کو رکھیں۔ سختی سے پیش نہ آئیں۔ اس طرح آپ کامیاب ہو جائیں گے اور آپ کے حالات بھی

درست ہو جائیں گے۔ آپ کو کسی قسم کی دقت، مشکل اور پریشانی نہ ہوگی۔ آپ کو قناعت، اعتقاد کی پختگی اور یقین سے کام لینا ہوگا اور آپ کو ایک نثر آلودہ شاخ کی طرح جبکہ کرم زندگی کی روحانی قوتوں کو پانا ہوگا۔ ٹیلی پتھی کا علم اس قسم کا شخص حاصل کر سکتا ہے۔ اپنے پاکیزہ خیالات کے سہارے کیسوی اور سکون پاکر ہی کامیابی مل سکتی ہے۔ آدمی کو چاہیے کہ اپنے نفسانی خواہشات کو عزم کے ٹیلی پتھی کا علم سکھنے کی کوشش کرے۔ پھر کیسوی اور اسکاتلینڈ کے ساتھ ٹیلی پتھی کی مشقیں کر سکتا ہے۔ جو آدمی حالات کے نشیب و فراز کا شکار بن کر رہ جائے۔ اپنی نفسانی خواہشات کا غلام ہو جائے اسے کسی بھی طرح کا روحانی علم حاصل نہیں ہو سکتا۔

## علم ٹیلی پتھی پر مکمل اعتماد اور یقین

ٹیلی پتھی کے علم کو اگر آپ جانتا چاہتے ہیں تو اس پر مکمل اعتماد اور یقین رکھیے۔ پھر اسے سکھنے کے لیے قدم اٹھائیے۔ عقیدے، یقین اور اعتماد کے بغیر کسی بھی کام کو سرانجام نہیں دیا جاسکتا۔ اپنی ذات پر بھروسہ کر کے جو کام کیا جائے اور جس عمل کو غلطوس طریقے پر کیا جائے اس کا نتیجہ بہتر اور کامیابی سے بھگتا رہ سکتا ہے۔ اپنے اندر اعتماد، یقین اور غلطوس عقائد کو جہم دیجیئے اس کے بعد پختہ

اردوں، چٹانوں جیسے عوام کو دل میں رکھ کر ٹیلی پتھی (TELEPATHY) کو سیکھنے کے لیے میدان میں اترے اور اپنی خواہشات اور ہوس نفس کو مظاہر آگے بڑھے۔ نیک کام سمجھیں اور پاک و صاف رہیں۔ اس طرح آپ اس علم کو جلدی سیکھیں گے کہ کامیابی حاصل کر سکتے ہیں۔ اور کامیابیاں اور کامنیاں آپ کے قدم چوم سکتی ہیں۔ ہم بار بار ٹیلی پتھی کے اصولوں کا ذکر کر چکے ہیں۔ آخر میں پھر دوبارہ رہے ہیں۔ سب سے پہلے ٹیلی پتھی کو ایک علم ماننا ضروری ہے۔ اس پر مکمل اعتماد اور ہوس ضروری ہے۔ پہلے آپ اسے حاصل کرنے کے لیے اس کی مشقیں کیجیے۔ متذکرہ بالا صفحہات میں اس کے طریقے بتا دیے گئے ہیں۔ پوری توجہ یکسوئی، اور سکون کے ساتھ تنہائی میں اس کی مشقوں کو کیا جاتا ہے۔ تاکہ کسی قسم کا شور و غل یا مداخلت آپ کی یکسوئی اور ارتکاز توجہ کو ختم نہ کر سکے۔

کسی بھی قسم کے اندیشوں سے نجات

پانا ضروری ہے

ٹیلی پتھی کی مشق کرتے وقت آپ کے دل میں کسی قسم کے اندیشے اور ہوس سے نہ ہوں ان سے نجات پانا آپ کے لیے ضروری

ہے۔ اور دماغ کو فضول قسم کے خیالات سے پاک و صاف کرنا بھی اسی زمرے میں آتا ہے۔ کسی قسم کے خیالات کی بھڑکھڑ اپنے دماغ میں جگہ نہ دیں۔ پوری یکسوئی اور توجہ کے ساتھ علی مشقوں کو جاری رکھیں۔ اس طرح آپ بہتر طور پر کامیابی کے ساتھ مشقوں کو سرانجام دے سکتے ہیں اور ان کے نتائج آپ کو بہتر صورت میں مل سکتے ہیں اور آپ اپنی منزل پر پہنچ سکتے ہیں۔

ہم یہاں گیری کوپر (GARY COOPER) ماہر ٹیلی پتھی کو کوٹ (QUOTE) کہتے ہیں اس کا فرمان ہے کہ دماغ ایک وائرلیس کی مانند حیثیت رکھتا ہے۔ جس طرح وائرلیس پیغامات کی ترسیل اور وصولیابی کی جا سکتی ہے۔ اسی طرح دماغ سے بھی برقی لہروں کے ذریعے یہ کام لیا جا سکتا ہے۔

دماغ کو آپ ریڈیو اور ٹیلی ویژن کی طرح ہی سمجھ لیجیے۔ ریڈیو سے نشریات کی جا سکتی ہیں اور ٹیلی ویژن سے ٹیلی کاسٹ کے ذریعے پیغامات دیے جا سکتے ہیں اور پیغامات دینے والا خود سکرین پر موجود ہوتا ہے۔

جس طرح ٹیلی ویژن اور ریڈیو میں تاروں کا جال بچھا یا گیا ہے اسی طرح انسانی دماغ میں بھی خلیوں کا جال موجود ہے جو بے شمار ہیں جنکی تعداد لاکھوں کروڑوں تک پہنچتی ہے۔ ان خلیوں میں برقی لہریں دوڑتی رہتی ہیں۔ ان ہی برقی لہروں کے ذریعے پیغامات دیے

جاسکتے ہیں۔ اور وصول بھی کیے جاسکتے ہیں لیکن ان پنیامات کی ترسیل اور وصولیابی کے لیے ٹیلی پتھی کا علم سیکھنا پڑتا ہے۔ اس کے بنیادی اصولوں کو اپنا کر مشقوں کی جاتی ہیں۔ ان مشقوں کو کامیابی سے سرانجام دینے کے بعد آدمی کامیابی کے ساتھ اپنے ذہن سے دوسرے کے ذہن میں پنیامات پہنچا سکتا ہے اور اس کے ذہنی پنیامات کو وصول بھی کر سکتا ہے۔ اس کے بنیادی رہنما اصول کا ذکر ہم پہلے ہی کر چکے ہیں۔ جنہیں اپنا کر آپ اپنے مقاصد میں کامیابی پا سکتے ہیں اور پنیامات کی ترسیل اور وصولی کر سکتے ہیں اور اسی علم کا نام ٹیلی پتھی ہے۔

ہم جو کچھ محسوس کرتے ہیں وہ عملی دماغ کی برقی لہروں کی وجہ سے ہی ہمارے اندر ہوتا ہے ان کی ہی وجہ سے ہم سرج و غم، پریشانی اور غرضی محسوس کرتے ہیں۔ جس قسم کا بھی ہیں احساس ملتا ہے وہ ان ہی کی وجہ سے ملتا ہے۔ اس علم کو سیکھنے کے لیے ہم کچھ بنیادی اصول ذیل میں درج کرتے ہیں۔

سب سے پہلے آپ کو ارتکا ز توجہ کو مضبوط و مستحکم بنانا ہوگا۔ ذہنی اور جسمانی توازن میں ہم آہنگی قائم کرنا ہوگی۔ آپ کا ماحول تنہا تنہا الگ و تنہا کیسوٹی سے پُر اور سکون آمیز ہونا چاہیئے۔ جب آپ تجربات کریں تو اہل اشتیاق پر یکجہی تاکہ آپ کو

کامیابی ملے۔

اس طرح آپ کی صلاحیت، اہلیت اور قابلیت اجاگر ہوگی۔ اور آپ ٹیلی پتھی کے علم کو کامیابی کے ساتھ سیکھ سکیں گے اور آپ اپنی عملی مشقوں میں خاطر خواہ کامیابی اور کامرانی حاصل کریں گے اور اطمینان اور سکون محسوس کریں گے۔

جسمانی اور ذہنی توازن میں ہم آہنگی بیدار  
ضروری ہے

ٹیلی پتھی (TELEPATHY) کے علم کو حاصل کرنے کے لیے جسمانی اور ذہنی توازن میں ہم آہنگی بے حد ضروری ہے اس کے بغیر آپ ٹیلی پتھی کی کسی بھی مشق میں کامیابی حاصل نہیں کر سکتے آپ کی کیسوٹی اور سکون کی ضرورت ہے۔ اس سے ارتکا ز توجہ میں اضافہ ہوتا ہے۔

ہم پہلے ہی ذکر کر چکے ہیں پھر دوبارہ بتاتے ہیں کہ آپ الگ و تنہا کمرے میں جا کر بستر پر لیٹ جائیے۔ آپ جسم سے سارے کپڑے اتار دیجیئے۔ اور ایک چادر سے اپنے جسم کو ڈھانپ لیجیئے اور اپنے اعصاب کو ڈھیلا چھوڑ دیجیئے۔ آپ کا ہر عضو ڈھیلا اور نرم ہو جانا چاہیئے۔ کمرہ تنہا ہو اور کسی قسم کا شور و غل یا دواں کوئی آکر

آپ کو تنگ نہ کر سکے۔ اس تنہا تنہا ماحول میں آپ مہلری کیسوفی سکون اور اطمینان محسوس کر سکیں گے۔ جب آپ کے عضلات ٹھیکہ لڑھکیلے اور نرمی حاصل کر لیں تب آپ آہستہ آہستہ جذب اور مراقبہ کی کیفیت کو اختیار کرتے چلے جائیں مضبوط اعصاب کے لوگ ہی اس قسم کی مشقتیں کریں۔ غیر متوازن اعصاب کے مالک یا ڈھیلے یقین کے آدمی ان مشقوں سے دور رہیں ورنہ وہ اعصابی اور جسمانی جھٹکوں کی وجہ سے بیمار ہو سکتے ہیں۔ ان مشقوں کو کرنے کے لیے مضبوط اعصاب کا ہونا ضروری ہے اور جسمانی اور ذہنی توازن کا برقرار رہنا ضروری ہے۔ ورنہ ناکام مشقوں کی وجہ سے طرح طرح کے امراض غیر ممکن ہیں۔

## ذہنی اور جسمانی تنہکن سے نجات پانا

### ضروری ہے

ذہنی اور جسمانی تنہکن سے نجات پانا ضروری ہے اس صورت میں آپ ٹیلی پتھی کی مشقوں کو کامیابی کے مراحل سے گزار سکتے ہیں اور اپنے مقامِ مد کے حصول میں ناہیل کامیابیاں پاسکتے ہیں۔ ورنہ دیگر صورت میں آپ ایسا نہ کر سکیں گے اور آپ ناکام ہو کر رام میں ہی جھٹک جائیں گے۔ اگر آپ اپنی جسمانی اور اعصابی تنہکن کو دور نہیں

کر سکتے تو ٹیلی پتھی کی مشق نہ کریں۔ جب آپ محسوس کریں کہ آپ کو جسمانی تنہکن اور ذہنی تنہکن نہیں ہے تب آپ اس مشق کو جاری رکھیں۔ آپ جب کیسوفی اور اطمینان حاصل کر لیں گے تو آپ خود بخود ہی یہ کیفیت محسوس کریں گے کہ آپ کو بے حد آرام مل رہا ہے۔ اور آپ نیم خوابی کی حالت سے دو چار ہو چکے ہیں۔ اس طرح آپ پر خود بخود ہی جذب اور مراقبہ کی صورت ملاری ہو جائے گی اور آپ کو کیسوفی، اطمینان اور بے حد سکون کا شدید احساس ہوگا۔ اور آپ ارتکا زتوجہ حاصل کرنے میں کامیابی پائیں گے اور آپ کے اعصاب پر سکون ہو جائیں گے اور نیند کے قریب ہوتے چلے جائیں گے۔

پھر آپ کا ذہن ہی ایسی جگہ ہوگا جہاں ہر قسم کا احساس ہے گا کیونکہ ذہن ہی ایک ایسا مقام ہے جو سو جانے کے بعد بھی جاگتا رہتا ہے اور ہر قسم کا احساس اس میں پرورش پاتا رہتا ہے۔ اور شعوری ذہن اس وقت توجہ آپ کے دماغ کی جانب موڑ دیتا ہے اس صورت میں آپ لطیف انگیزانہ ذہنیں آسودہ ہو جائیں گے اور آپ کو لذت آمیز زندگی آسودگی نصیب ہوگی۔ اس طرح اعصابی، ذہنی اور جسمانی تنہکن ختم ہو جائے گی اور آپ کو راحت و سکون اور کیسوفی و اطمینان کا احساس باقی رہے گا۔ اور آپ یہ محسوس کر رہے ہوں گے کہ آپ نیند کی پرسی کے ملائم پیروں کی آغوش میں مرنے لے

لے رہے ہیں اور پرسکون راحت محسوس کر رہے ہیں اور یہ نیند ایسی ہوگی جس کی خواہش اور تمنا آپ ہر روز کریں گے اور ایسی ہی نیند کے آپ خوابان ہوں گے۔

آسودگی (RELAXATION) حاصل کرنے کے اور بھی طریقے ہیں۔ سانسوں کی مدد سے بھی آپ (RELAX) لے سکتے ہیں۔ آپ گہرے اور لمبے لمبے سانس لیں گے اس سے بھی آپ کو سکون ملے گا اور اعصابی اور جسمانی تھکان دور ہوگی۔

جب بھی آپ کی کیفیت اعصابی تناؤ کی صورت اختیار کر لے اور آپ جذباتی ہیجان محسوس کریں تو آپ کو لازم ہے کہ چھ مرتبہ لمبے لمبے سانس لیں اور ان کو چھ تک ضرور گنیں۔ آپ اسی طرح مشق کرتے چلے جائیں۔ آخر کار آپ اس کیفیت سے نکل جائیں گے۔ آپ سانس کو روک کر چھ تک ضرور گنیں۔ اس کے بعد سانس چھوڑ دیں یہ سانس لینے کا ایک بہترین طریقہ ہے۔

اسی طرح گنتی کرتے ہوئے لمبی لمبی اور گہری گہری سانسیں لیجیے اس طرح آپ کی توجہ ادھر ہوجائے گی۔ اور آپ کا اعصابی تناؤ ختم ہوجائے گا اور جذباتی ہیجان بھی جاتا رہے گا۔ اور جسمانی تناؤ کی حالت بھی نہ رہے گی۔ ذہنی طور پر بھی آپ پرسکون ہوجائیں گے اور جسم کو بھی سکون ملے گا اور ذہنی آسودگی (BRAIN RELAXATION) محسوس کریں گے۔ یہ آپ کی ایک بہت ہی بڑی کامیابی ہوگی۔

## عضلاتی تناؤ کا ختم ہونا ضروری ہے

عضلاتی تناؤ کا ختم ہونا ضروری ہے۔ اگر آپ اپنے جسم کے عضلاتی تناؤ کو ختم کر لیں گے تب ہی آپ مثیلی پٹھنی کی کامیاب مشقیں کر سکتے ہیں۔ ورنہ آپ اپنے مقصد کی کامیابی نہ ہوں گے۔ اس صورت میں بھی آپ عضلاتی تناؤ ختم کر سکتے ہیں کہ آپ اٹھائی (۲) گھنٹوں کے لیے ایک اندھیرے اور پرسکون کمرے میں چلے جائیں اور آرام بستر پر لیٹ جائیں۔

پٹن کھول کر لباس کو ڈھیلا کر دیں اور کہنیوں کو جسم کے برابر رکھ لیں اس طرح آپ سکون اور آرام محسوس کریں گے۔ اس کے بعد گہری اور لمبی لمبی سانسیں لینا شروع کر دیجیے۔ اور بازوؤں کو اپنے قصورات میں رکھیے اور سانسوں کے اس عمل کو دوہراتے جائیے اس طرح آپ کو ذہنی آسودگی (BRAIN RELAXATION) ملے گی اور آپ کے بازو ڈھیلے اور پگھلے ہو کر سکون اور آرام محسوس کریں گے ان میں ذرا سی بھی تناؤ کی کیفیت نہ رہے گی۔ آپ کے جسم کے دوسرے عضلات بھی ڈھیلے اور نرم ہوجائیں گے جس سے آپ کو آرام (RELAX) ملے گا۔

پھر آپ کو گہری گہری سانسیں لیتے ہوئے اپنی ٹانگوں کے شطرنج سوچنا ہوگا۔ جب آپ اس سوچ میں مبتلا ہوجائیں گے تو آپ کو محسوس



ہوگا کہ آپ کی ٹانگیں بھی ڈھیلی پڑتی جا رہی ہیں۔ آہستہ آہستہ وہ بھی ڈھیلی اور پکھلا ہو جائیں گی۔ اس عمل کو تقریباً چھ سات مرتبہ ضرور کرنا ہوگا پھر آپ کی ٹانگیں مکمل طور پر ڈھیل پھلن اختیار کریں گی اور آپ آسودگی اور آرام محسوس کریں گے۔

دوبارہ پھر چھ سات بار گہری گہری سانسیں لے کر بازوؤں اور ٹانگوں کے بارے میں سوچئے۔ اس مشق سے آپ مکمل آرام اور آسودگی محسوس کرنے لگیں گے اور آپ کو اندام کے لمحات (RELAXEN MOMENTS) ملیں گے اور آپ آسودگی محسوس کرتے چلے جائیں گے اور آپ کے عضلات نرم، ڈھیلے اور پکھلا ہو کر آپ کے جسمانی تناؤ کو ختم کر کے (NEVES) کو سکون دیں گے اس طرح آپ کے سارے جسم کو سکون اور آرام پھیلنے لگے گا۔

اس عمل کو تقریباً قریب چالیس منٹ جاری رکھنا ہوگا اور اس طرح عضلات کے ڈھیلے پڑنے سے آپ اپنے آپ کو بچھڑکا پھلکا اور پرسکون محسوس کریں گے۔ شروع میں آپ کو سوچوں میں اعصاب کا تناؤ رکاوٹ بنے گا پھر خود بخود ہی یہ تناؤ ختم ہو جائے گا اور آپ کو اطمینان اور سکون ملے گا۔ اور آپ ایک گونہ راحت اور سرور محسوس کرنے کا موجب بنیں گے۔ جب اس طرح آپ آسودہ کیفیت سے دوچار ہو جائیں گے تو آپ کا ذہن مکمل یکسوئی اور ارتکاز توجہ سے اچھی طرح سوچنے کے قابل ہو جائے گا اور اس وقت جو کچھ بھی

سوچیں گے وہ واضح اور آئینے کی طرح صاف و شفاف ہوگا۔ اس طرح کی مشقوں سے آپ تمام جسم کے عضلات ڈھیلے کر سکتے کا موجب بنیں گے اور انہیں سکون دینے اور آرام کے قابل بنانے میں کامیابی حاصل کر لیں گے۔ اور اس طرح آپ اپنے جسم کے ہر قسم کے اعصابی تناؤ کو ختم کر سکیں گے۔

پرسکون ماحول ہی آدمی کو ذہنی آسودگی بخش سکتا ہے جس کرے میں آپ مشقیں کر رہے ہوں اس کرے میں تنہائی کا ہونا نہایت ضروری ہے۔ وہاں کا ماحول بھی پرسکون ہونا چاہئے۔ وہاں اگر کوئی آپ کی توجہ اور انہماک میں حائل نہ ہو۔ اس طرح آپ مشقوں کو کامیابی سے کر سکتے ہیں۔ آپ کے کرے میں ٹیلیفون بھی نہیں ہوتا چاہئے۔ کیونکہ جب ٹیلیفون کی گھنٹی بجے گی تو آپ کی یکسوئی اور ارتکاز توجہ ایک دم ختم ہو جائے گی۔ اور آپ کی جذب کی ہی کیفیت اور مراقتہ ٹوٹ جائے گا۔

اس لیے ضروری ہے کہ مشقوں والے کرے میں ٹیلیفون نہ ہو آپ کو ذہنی آسودگی کی ضرورت ہے۔ پرسکون ماحول ہی آپ کو ذہنی آسودگی اور یکسوئی دے سکتا ہے جو ٹیلی ویژن کا علم سیکھنے کے لیے لازمی ہیں۔ ان کے بغیر آپ کوئی بھی مشق کامیابی سے سرانجام نہیں دے سکتے۔ اگر آپ کوئی بار بار آکر ستائے گا یا بیرونی شور وغل آپ کو تنگ کرے گا تو آپ ان مشقوں کو کرنے سے بیکار پڑ سکتے ہیں اس لیے اگر

آپ کو اپنے گھر میں پُر سکون ماحول میں نہیں تو آپ اپنی مشقوں کے لیے کسی اور جگہ کو منتخب کر لیں۔ ایسی جگہ کو جو پرسکون، الگ، خشک اور تنہائی سے بھرپور ہو اور آپ کے قریب کوئی نہ ہو اور نہ آپ کو کسی قسم کا شور و شنگ کر سکے اور آپ کے انہماک کو متزلزل نہیں ہونا چاہئے۔ اگر ایسا ہوگا تو آپ کی مشقیں کبھی پایہ تکمیل تک نہ پہنچ سکیں گی۔

## شمع دماغ میں روشن ہے

دماغ شمع بینی کی مشق سے یہ مطلب ہے کہ شمع بینی کرتے ہوئے آپ اتنا انہماک، جذب اور مراقبہ پیدا کر لیں کہ آپ کو شمع ایک دماغ میں روشن دکھائی دے۔ یہ کیسوٹی اور ارتکاز توجہ کی انتہائی کیفیت ہے جو آپ کو جلدی کامیابیوں سے ہم کنار کر سکتی ہے۔ اس کیفیت سے دو چار ہوئے بغیر آپ فیملی پریتی کا علم حاصل نہیں کر سکتے۔ اس مشق سے ارتکاز توجہ کو مکمل طور پر اپنے قابو اور کنٹرول میں کرنا ہے اور نہ بروست کیسوٹی حاصل کرنے کے مترادف ہے۔

شمع بینی کی مشق کا تجربہ آپ کے ذہن کو دماغ اور صاف رکھے گا اور جو عکس آپ کے ذہن میں بنے گا وہ آئینے کی طرح شفاف ہوگا شمع بینی سے آپ کے اندر انہماک، جذبہ اور مراقبہ کی کیفیت پیدا

ہوگی۔ جب آپ اپنے ذہن میں مومی شمع کو روشن دیکھیں گے، تو آپ کو کیسوٹی اور ارتکاز توجہ کی قوت ملے گی۔ اور اس روشنی عکس سے آپ سکون و اطمینان محسوس کریں گے۔ اس عکس کو اتنا مضبوط اور شدید بنانا چاہئے کہ آپ اس کی باہمیت کو اچھی طرح سمجھ جائیں۔ یہاں تک کہ آپ کو شمع کے جلنے کی بڑبڑ محسوس ہو۔ یہ ایک بڑی کامیابی ہے۔

فیملی پریتی کے علم کے لیے عامل اور معمول دونوں ہی قوت اور توانائیوں سے ہمیر پور ہونے چاہئیں۔ ان کے اعصاب چٹانوں کی طرح مستحکم ہوں۔ اور وہ اندر بے خوف اور بہادر ہوں۔ یونہی گھبراہٹ نہ ملے اور پریشان ہونے نہ ملے نہ ہوں۔ ان ہی قسم کے لوگوں کو منتخب کرنا ایک موزوں ترین اور اہم فیصلہ ہوگا۔ ایسا افراد جلدی عامل اور معمول کا روپ لے سکتے ہیں۔ اور کامیابیاں، اور ترقیاں حاصل کر سکتے ہیں۔ بیخانی جذبات اور کمزور اعصاب والے حضرات کو کبھی موزوں آدمی نہ سمجھیں۔ وہ اس کام کے لیے کسی طرح جلد درست نہیں ہیں۔ ان کا فیملی پریتی کے علم کو سیکھنے سے دور رہنا ہی بہتر ہے۔

عامل اور معمول میں زیادہ سے زیادہ تعلق ہونا چاہیئے۔ نہ تو ہم آہنگی ہوئی چاہیئے۔ اور ان میں فدیہ قسم کی قربت ہونی چاہیئے ان کا ایک دوسرے سے زیادہ ملاپ ہو کر چاہیئے۔ وہ ایک

دوسرے کو بیدار کر رہے ہوں۔ روحانی اور دینی طور پر وہ ایک دوسرے کو بہتر سمجھتے ہوں۔ اس لیے اس عمل کے لیے بھائی بہن باپ ماں اور عزیز ترین دوست ہی موزوں افراد ہو سکتے ہیں۔ اور بہت ہی قریبی دوست موزوں افراد کے نمبر سے میں آتے ہیں۔ پریشان حال، کمزور اور اعصابی کچھادٹ کے لوگ اس علم کی جانب نہ آئیں۔ اس علم کو سیکھنے کے لیے وہ لوگ آگے آئیں جو بے خوف مضبوط اور مستحکم اعصاب کے مالک ہوں۔ بڑی سے بڑی پریشانی اور تکلیف سے بھی وہ نہ گھبراہٹیں اور ہر قسم کے حالات کا مقابلہ دلیری، بہادری اور بے غوفی سے کر سکیں۔

### ڈاکٹر شیلٹن کے نئے انداز اور نظریات

امریکی ڈاکٹر شیلٹن (DR. SHELTON) کو ہم یہاں کوٹ (QUOTE) کرتا ضروری سمجھتے ہیں۔ وہ کہتا ہے: ہیناسس بھی ترسیل خیالات کا ذریعہ بن سکتا ہے۔ پوری توجہ سے جی ترسیل خیالات ہو سکتا ہے۔ دوسرے اور نئے انداز، طریقے اور نظریات اس بارے میں ہیں۔ اور طریقوں سے بھی خیالات کو دوسرے ذہن کی جانب ترسیل کیا جاسکتا ہے۔ ترسیل خیالات کو ہی ٹیلی پیتھی کہا جاتا ہے۔

چیزوں کا تفصیل سے مشاہدہ کرنا اور ان کا گہرائی اور توجہ سے جائزہ لینا ایک ضروری امر ہے۔ روح کو تیز انداز میں منکرتے ہوئے محسوس کرنا۔ عامل یہ محسوس کرے کہ اسے معمول کا عکس دکھائی دے رہا ہے اور اس سے معمول کا ذہنی رابطہ ہے۔ اور وہ اسے اس کے سوالوں کا جواب دے رہا ہے۔ دونوں کا ایک دوسرے سے مکمل طور پر ذہنی رابطہ ہو۔

مادی چیزوں کے درمیان سے روحانی جسم کا گزرتا جانا ایک ضروری امر ہے خواہ وہ کتنی ہی محسوس چیزیں کیوں نہ ہوں۔ مثلاً کسی دیوار کے نیچے سے اس کا گزر جانا۔

روحانی جسم کی نفسیں تیراکی اور پرواز بھی ایک ضروری امر ہے۔

عامل کو یہ محسوس ہو کہ وہ کسی کے جسم پر قبضہ چائے ہوئے ہے اور وہ اس کے جسم کا تواریف ہے۔

عامل کو یہ محسوس ہو کہ اس کی روح جسم سے نکل کر مادی جسموں کا نظارہ کر رہی ہے۔

اس قسم کے پروجیکشن (PROJECTION) اور ٹکا زتوجہ اور یکسوئی پیدا کرتے ہیں اور خصوصیات کو نمایاں کرتے ہیں۔ ان سے وہ یہ محسوس کرتے ہیں کہ دوسرے اس کے عکس کے نظارے میں

معروف ہیں اور وہ ان سے ذہنی رابطہ کی کوشش میں معروف ہے اور کامیابی حاصل کرتا ہے۔ دوسری خصوصیات ان سے زیادہ ظاہر نہیں ہوتیں۔ اگر ہوں گی بھی تو وہ کمزور اور بے مقصد ہوں گی۔

## انسانی نفسی طاقت

(HUMAN PSYCHE)

جو کچھ آپ نے کیا ہے اس سے آپ کو یہ اندازہ لگانا ہوگا کہ آپ کی نفسی طاقت نے کتنی پرورش پائی ہے اور اسے آپ پر وہان چڑھانے میں کس حد تک اور کہاں تک کامیاب ہوئے ہیں یہی پتہ چلنے کو سیکھنے کے لیے جو مشقیں ہیں انہیں بار بار پڑھیے اور انہیں ذہن میں نقش کر لیجیے۔ اس طرح آپ کی عقلی اور سہو کے امکانات کم ہوں گے۔ اور آپ آسانی کے ساتھ ذہنی مشقوں میں کامیابی حاصل کریں گے۔

ای۔ ایس۔ پی۔ (E.S.P.) جسی ادراک ہی کا نام نہیں ہے بلکہ اسے انسان کا ایک طبیعی حصہ بھی کہا جاتا ہے بلکہ ہے۔ یہ ہر انسان کی پیدائش کے ساتھ ہی اس میں جم لیتی ہے۔ اس قوت سے کام لیتا کسی کسی کے حصے میں آتا ہے۔ زیادہ تر لوگ اس طاقت (HUMAN PSYCHE) سے کام ہی نہیں لیتے، چھیٹی جس (E.S.P.) سے کام نکالتے ہیں یہی وجہ ہے کہ انسانی نفس کی

طاقت رفتہ رفتہ دھیمی ہو جاتی ہے۔ اور اتنی مدد مل جاتی ہے کہ بلکے نام ہی رہ جاتی ہے۔

طبی پتہ چلی کا علم ایسا ہے جسے پانا بچہ مشکل کام ہے۔ اس علم کو سیکھنے سے پہلے آپ کو اپنی طاقتوں، توانائیوں اور شخصیت کا اندازہ کرنا ہوگا کہ آپ اس جان جو کھوں کے کام کو سیکھ سکتے ہیں یا نہیں۔ اگر آپ معیار پر پورے نہیں اترتے اور وزن قائم نہیں رکھ سکتے تو اس علم سے دور رہنا ہی بہتر ہے۔ خواہ مخواہ اپنے آپ کو مصائب میں نہ ڈالیں۔ اگر اپنی شخصیت کو طبی پتہ چلنے کے معیار کے مطابق پاتے ہیں تو آپ اس علم کو سیکھیں اور اپنی کامیابی کے کچھ راستے منتخب کر لیجیے۔ اور پھر ان پر قدم اٹھانے کے لیے آگے بڑھیے۔ اور ان پر آگے ہی آگے بڑھ کر یہ اندازہ کر لیجیے کہ آپ اپنی مشقوں میں کامیاب ہوئے ہیں یا نہیں۔ اگر آپ کو معمولی سی بھی کامیابی ملی ہے۔ تو آپ نئے دلوں اور عوام کے ساتھ آگے ہی آگے بڑھتے چلے جائیے۔ اس طرح آپ منزل کو چھو نہیں گے اور آپ کی شخصیت اس روحانی علم سے آگاہ ہو جائے گی۔ دوستوں اور عزیزوں پر پہلے اس مشق کا عمل کریں۔ اور اسی طرح ان پر کتنی ہی مشقیں کریں تاکہ آپ انہیں آسانی سے اپنا معمول بنا سکیں۔ آپ کے جم نظر بات کرک اور آپ کو پسند کرنے والے لوگ اور آپ سے میل ملاقات کرنے والے لوگ ہلدی آپ کا معمول بن سکیں گے۔

جب آپ انہیں اپنا معمول بنا کر ان سے ذہنی رابطہ قائم کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو دوسرے لوگوں کو اپنی مشقتیں کر کے معمول بنانے کی کوشش کیجئے۔ اگر آپ دوسرے لوگوں کو معمول بنانے میں کامیاب ہو گئے تو یہ آپ کی زبردست کامیابی ہے۔ اس علم کو بطور عقل اختیار نہ کیا جائے اسے ایک اہم علم سمجھ کر سمجھنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ اور اپنی قوت ارادی کو مضبوط و مستحکم کر کے اس جانب آنا چاہیے۔ پھر ہی آپ اس علم سے آشنائی کر سکتے ہیں ورنہ مشکل ہے۔

اپنے اندر کے شعوری احساس کو اس طرح بیدار کیجئے کہ وہ تسلیم کر لے کہ یہ ایک فن ہے۔ ایک دلچسپ ہنر ہے پھر آپ کو چاہیے کہ اسے سیکھیں اور ہمت اور دلیری سے میدان میں قدم رکھیں۔ خوفزدہ ہونے اور گھبرانے سے علم آپ کو نہیں گئے گا۔ چھٹی جس معنی (S. P.) آپ کو آگے چل کر عقلی یعنی کوششوں میں جید مرد ہے گی۔ اس سے آپ کے اندر سو جانے والی وہ نفسی قوت بھی ابھر آئے گی جسے قریب قریب آپ فراموش کر چکے ہوں گے۔ اور اس سے آپ نے کبھی کام نہ لیا ہو گا۔

بہتر یہ ہے کہ ایک شوہر اپنی بیوی کو معمول بنائے۔ کیونکہ وہ ایک مستحکم رشتے میں جڑے ہوئے ہیں۔ اس لیے ان کا ذہنی رابطہ جلدی قائم ہو سکتا ہے اور وہ ذہنی طور پر جلدی ایک دوسرے

سے سوال و جواب کرنے کا موجب بن سکتے ہیں۔ آپ کو چاہیے کہ آپ جیسے تیار رہیں کہ آپ کو کسی بھی وقت ذہنی پیغام مل سکتا ہے۔

اگر ایسا ہوتا ہے کہ کوئی خیال آپ کے ذہن میں بار بار آتا ہے اس سے آپ کو یہ اندازہ کر لینا چاہیے کہ جلد ہی کوئی واقعہ یا حادثہ یا کچھ بھی ہو سکے والا ہے اس لیے آپ کو اپنے ذہن کو صاف کرنا ہو گا۔ پھر کسی بھی وقت آپ سے ذہنی رابطہ ہو سکتا ہے اور آپ کو کسی حادثے یا واقعے کے متعلق آگاہ کیا جاسکتا ہے۔ یہ ایک خاکے اور بہم سے اشارے کی طرح آپ کی ذہنی قوتوں میں پیدا ہو گا۔ اس کے ملتے ہی آپ اپنے ذہن کو صفائے کے پیغام سننے کے لیے تیار ہو جائیں۔

اس طرف آپ کو بہت زیادہ دھیان دینا ہو گا کہ آپ کو جو ذہنی پیغام وصول ہو رہے ہیں ان میں انتشار تو نہیں ہے اگر ہے تو آپ صرف ایک ہی پیغام کی جانب توجہ دیں اور اسے غور سے سنیں اور اس کی ماہیت کو سمجھیں اور اس کا جواب دوسرے ذہن کو دیں یا ایک وقت میں ایک ہی پیغام وصول کر کے اس کا جواب دینا بہتری اور کامیابی ہے۔

پھر آپ دوسرے سوال کو سن کر جواب دیں۔ اپنی توجہ کو دوسرے انہماک سے منسجم رکھیں۔ صرف آپ یہ سوچتے رہیں کہ آپ

جو جواب دے رہے ہیں وہ واضح اور صاف ہے یا جو پیغام  
 دے رہے ہیں وہ بھی صاف اور واضح ہے یا نہیں۔ پوری توجہ اور  
 یکسوئی سے آپ اپنے معمول سے صبح طوری سوال و جواب کر سکیں  
 عدم توجہ سے آپ کسی پیغام کی ترسیل نہ کر سکیں گے اور آپ کو  
 ناکامی ملے گی۔ اس قسم کے فوری رابطے کے لیے یکسوئی اور ارتکاز  
 توجہ کی ضرورت ہے۔ یہ عمل کرتے وقت آپ کا دماغ دوسرے  
 خیالات کی آماجگاہ نہ بننا چاہیے۔ اس عمل کو اچھی حالت میں باری  
 رکھنے کے لیے آپ کو سکون اور اطمینان درکار ہے آپ پرسکون  
 اور مطمئن ہو کر کام کریں۔ آپ کو یقیناً کامیابی ملے گی۔

مرچو

ختم شد  
 کل میرے والدین پر رحم فرما۔۔۔۔۔ آمین

# ہماری خوبصورت کتابیں

کیرو پاسٹری انسائیکلو پیڈیا

دست شناسی کے نئے انداز

تصویری دست شناسی

ٹیلی پیٹھی گائیڈ

عدد بولتے ہیں، مع علم حروف

مفتاح الجفر

مکمل رسل سراخاب